

# جنت النيل



سپتمبر ۱۹۵۶  
۱۰ فروش





# جاکو

صنع تشيكوسلوفاكيا

تآلث - مجوهرات زجاجية - حطب معدنية  
أحجار تقليد الكريمة - زراير من الزجاج

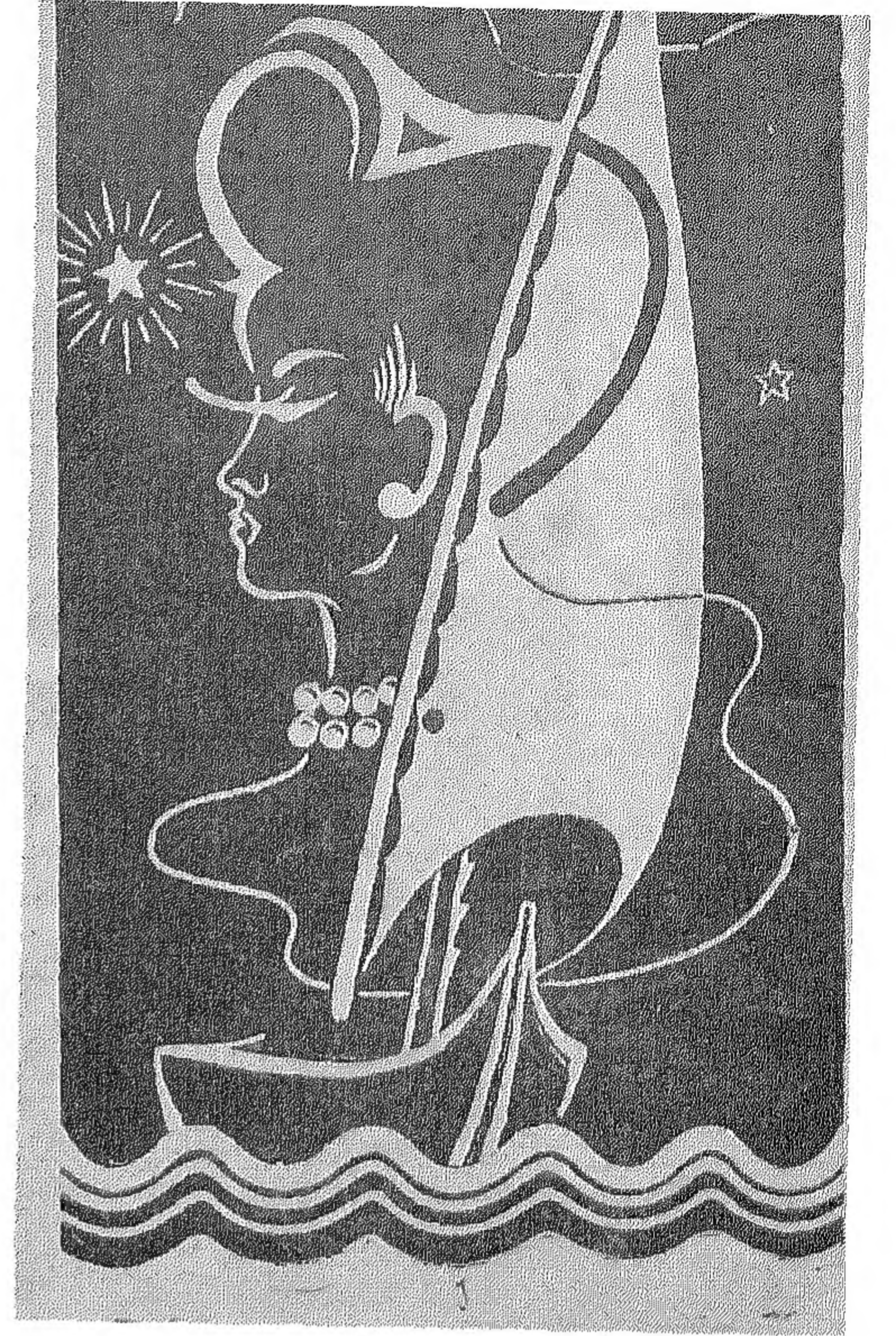
اطلبي المجموعات الرائعة من مجوهرات جاكو  
من جميع محلات المجوهرات والأزياء الكبرى

 **JABLONEX**

جاكو - جابلونكس - جابلونك - تشيكوسلوفاكيا



# الوطن



بلا نزاع ان أعز ما لكل منا في هذا الوجود هو الوطن ولا تتردد ثانية واحدة لتضحية كل عزيز وغال في سبيل نصرته والذود عن كيانه والاحتفاظ بسيادته •

وقد عرفنا منذ الصغر أن وطننا مصر وأنه يجب على كل منا الدفاع عنه من شماله وجنوبه ومن شرقه الى غربه والتفاني في هذا الدفاع حتى لو تتطلب منا ذلك بذل الروح وسفك الدماء •

هذا ما استقر في ذهننا ونشأنا عليه منذ الصغر ونمت هذه العاطفة وهذه الحماسة وترعرعنا مع الايام وأصبحنا لانبالي بأى شئ في سبيل تحقيق أهدافنا الوطنية وأمالنا في مستقبل يرد لنا مجدنا القديم •

وبهذه العاطفة وهذا الايمان بحق بلادنا علينا حقنا الكثير ونحن عـزل من السلاح حتى حصلنا على استقلالنا كاملا غير منقوص •• والآن وقد لمسنا في ظروفنا الراهنة تطورا جديدا لم نشهده من قبل ، لمسنا أن وطننا لم يعد مصر وحدها فأصبحت مصر جميع الوطن العربى ذا الرقعة الواسعة المترامية الاطراف •

ولقد شعرنا بذلك بصفة واضحة عندما رأينا البلاد العربية متكاتفه مع مصر في موقفها ومعلنة تضامنها التام وتأييدها الكامل لمصر والاستعداد للدفاع عنها اذا حاول أحد الاعتداء عليها •

لم نشهد هذه الروح من قبل ولم نر موقفا أروع من هذا الموقف في تاريخنا الطويل مما يدل على أننا أدركنا أن القوة الحقيقية ليست في السلاح ولا في العتاد وانما في التضامن والايمان •

دريه شفيق

رئيسة التحرير



# بنيت النيل السياسية

## اعرفك الدنيا...

### المراة والدفاع عن الوطن

عندما تطالب المرأة بحقوقها يجب عليها ألا تنسى أنها عليها واجبات فليست هناك حقوق متساوية بدون واجبات متساوية أيضا .

وان لم تدرك تماما هذه الحقيقة فتصبح كالذي يريد أن يأخذ ولا يعطي .. وهذا موقف لا يقره العقل ولا الفهم السليم

وعندما أتحدث عن واجبات المرأة ونحن في هذه الظروف القاسية التي تجتازها البلاد فلا أنسى أن أول الواجبات علينا هو الدفاع عن الوطن عندما يتعرض هذا الوطن العزيز الى أي هجوم أو خطر .

وطبيعى أنه عندما تطالب المرأة أن تدخل البرلمان كالرجل تماما .. وأن يكون لها صوت مسموع عند تشريع القوانين وأن يكون لها دور ملموس في توجيه سياسة البلاد .. طبعى أيضا أن تكون المرأة في أول الصفوف وتلبى نداء الوطن للذود عنه والدفاع عن أرضه . وليس معرفة الواجب الوطنى شيئا جديدا فلقد نزلت جداتنا الميدان أيام عرابى يدافعن عن الوطن ويساهمن بقدر ما في وسعهن في هذا الدفاع مما كان له أكبر الأثر في تشجيع المجاهدين .

وكما نزلت جداتنا الميدان ونزلت أمهاتنا بهراقلهن في ثورة ١٩ وعرضن صدورهن للرصاص وبرهن للرجال أن المرأة المصرية التي كان مفروضا عليها البقاء بين جدران أربعة أنها مدركة تماما حقها في الدفاع عن الوطن وأهميته وجودها في ميدان القتال .

ومن الطبعى أن يكون اليوم للمرأة ، وقد تساوت مع الرجل في كل الميادين - دور جبار في أداء واجب الدفاع عن الوطن العزيز .

بنيت النيل

الذى يضم الحرس الوطنى والمتطوعين من سن ١٨ الى سن ٥٠

٧ - قال ايدن في اذاعة له قبل افتتاح مؤتمر لندن ان تأميم القناة معناه التحكم في بتسرول الشرق الاوسط وان ترك مضيق هذا الممر العالمى في يد مصر يهدد بريطانيا في اقتصادياتها ١٠٠

٨ - أعلن الرئيس جمال عبد الناصر في مؤتمر صحفى شهده مراسلون لجميع صحف العالم ووكالة الانباء أن مصر ترفض الدعوة لحضور مؤتمر لندن

٩ - كان يوم افتتاح مؤتمر لندن اضراب عام شمل جميع البلاد العربية والاسلامية ولم يحدث اضراب اجماعى قبل هذا التاريخ يشمل البلاد العربية من اقاصها الى اقاصها

١٠ - حضرت المؤتمر ٢٢ دولة فقد رفضت اليونان بعد مصر الاشتراك في هذا المؤتمر

١١ - في أول جلسة من جلسات المؤتمر قدم دالاس وزير خارجية امريكا مشروعا ينص على ضرورة تدويل القناة ووضعها تحت اشراف دولى على ان يعوض حملة الاسهم تمويلها عادلا وان يخصص لمصر نسبة عادلة من دخل القناة

شغلت مصر طوال الشهر الماضى العالم كله بحكامه وساسته وصحافته والرأى العام فيه .. وكان هذا بالطبع نتيجة لقرار تأميم شركة قناة السويس الذى اعلنه الرئيس جمال عبد الناصر رئيس الجمهورية فى يوم ٢٦ يوليو عقب رفض امريكا وانجلترا تمويل مشروع السد العالى

ويمكن تلخيص الاحداث الهامة التى استغرقت معظم ايام الشهر الماضى فيما يأتى

١ - أذهل قرار التأميم دول الغرب اذ كان مفاجأة لها

٢ - جمدت انجلترا ارصدة مصر وأموال المصريين المودعة في بنوكها كخطوة اولى في مضايقة مصر اقتصاديا وتبعثها كل من فرنسا وامريكا غير ان امريكا جمدت اموال الحكومة فقط

٣ - خطب الرئيس جمال عبد الناصر في القاهرة عقب عودته من الاسكندرية وندد بتصرف الغرب وقال في هذا الخطاب عن تصرف وزير خارجية فرنسا مع السفير المصرى « أما وقاحة فرنسا : فاني سأتارك الجوائز ترد عليها »

٤ - جرت مباحثات في لندن ضمت وزراء خارجية بريطانيا وفرنسا وأمريكا وأعلن ايدن كما اعلنت فرنسا ان كلا الدولتين ستلجآن الى القوة لحل مشكلة القناة وبادرت كل من الدولتين الى ارسال قواتهما الى الشرق الاوسط

٥ - انتهت هذه المباحثات الى دعوة ٢٤ دولة التى تمر سفنها في القنال لعقد مؤتمر بلندن لبحث مشكلة القناة ومن بين هذه الدول الموقعة على معاهدة القسطنطينية سنة ١٨٨٨ ومن بينها مصر وروسيا على ان يكون موعد انعقاد المؤتمر يوم ١٦ اقسطس

٦ - كانت دول الغرب تتوقع ان تتأثر مصر من اعلان التهديد بالقوة ولكن كان الرد على هذا التهديد هو انشاء جيش التحرير الوطنى

١٢ - عارض شيلوف وزير خارجية روسيا هذا المشروع وقال انه اعتداء على سيادة دولة مستقلة

١٣ - عاد دالاس فعدل مشروعه والتعديل الجديد طالب فيه بانشاء مجلس دولى لادارة القناة

١٤ - قدم كريشنا مينون رئيس وفد الهند مشروعا يتضمن قيام هيئة استشارية تختار من بين الدول التى تمر سفنها في القنال

١٥ - انتهت جلسات المؤتمر يوم ٢٢ الماضى بموافقة ١٨ دولة على مشروع دالاس المعدل

واستقر الرأى في هذه الجلسة على ارسال محاضر جلسات المؤتمر الى الرئيس جمال عبد الناصر وايفاد لجنة خماسية برئاسة مستر روبيرت منزيس رئيس وزراء استراليا لعرض المشروع الامريكى الذى وافقت عليه ١٧ دولة من دول المؤتمر على الرئيس جمال عبد الناصر ومعرفة رأى مصر فيه

١٦ - أعلن الرئيس جمال عبد الناصر في حديث له مع جريدة « نيوز كرونك » انه لا يمكن أن يقبل أى اشراف لقناة السويس اذا لم يكن هذا الاشراف مصرية ومعنى هذا ان مصر ترفض مشروع دالاس المعدل



الزوج (لزوجته) : ماتقريش بسرعة كده .. انت في التمرين الرابع وانا لسه بتدرب على التمرين الاول !!





السيدة التى تسعى  
بجمال بشرتها لا بد أنها  
سنتنع بفائدة كريم  
سوليا. دلتكى بشرتك  
ياسيدى بكريم سوليا.  
صباحاً وقبل النوم. إنه  
يضيف على بشرتك  
الزبد من الصفاء والنعومة  
كريم سوليا. يحفظ  
شباب البشرة ويجيد  
لها نضارتها وحيويتها  
فانصبحين مومنين الشفاء  
والاعجاب.



كريم  
سوليا

كريم سوليا الوحيد الذى يحلوى على مادة الاسارات التى تحتاجها البشرة لتكتسب جمالا  
محتاج مصانع بيردورف هامبورج ألمانيا



مأمون  
مطهر  
غير سام  
رائحته لطيفة

ديتول  
المطهر العصرى

بنيت النيل السياسية بنيت النيل السياسية بنيت النيل السياسية



بنيت النيل السياسية

بنيت النيل السياسية

بنيت النيل السياسية

بنيت النيل السياسية

بنيت النيل السياسية

بنيت النيل السياسية

بنيت النيل السياسية

♦ رفضت الحكومة البريطانية طلب حكومة الكويت الخاص بعحويل مبلغ ٦٠٠ مليون جنيه مودعة في بنك لندن الى البنك المركزي بالكويت وطلبت امهالها شهرا حتى تنجلي أزمة قنصة السويس

♦ قال كريشنا مينون رئيس وفد الهند في مؤتمر لندن « ان مصر ستقبل تدويل القناة اذا قبلت بريطانيا تدويل « المانش » والمرتات المائية العالمية الاخرى

♦ تقرر دعوة البرلمان البريطانى للانعقاد خلال هذا الشهر والمعروف ان البرلمان في عطلة الان

♦ اقام يوم الثلاثاء الماضى مسيو ديمترى شيلوف وزير خارجية سوريا مأدبة عشاء بدار السفارة الروسية بلندن لرؤساء البعثات الدبلوماسية العربية في لندن ودعى اليها السيد على صبرى مدير مكتب السيد رئيس الجمهورية للشئون السياسية

♦ في برقية اذاعتها وكالة اسوسيتد برس من لندن يوم ٢١ أغسطس ان مسيو شيلوف وزير خارجية روسيا اندر دول الغرب بان الشرق الاوسط سيكون ميدانا لحرب طاحنة تستمر سنوات طويلة اذا دلت قناة السويس



ما تخافش يا حبيبى .. ده مش الرعد .. ده صوت شخيرة ابوك اللي نايم على كتبة الصالون

بنيت النيل السياسية بنيت النيل السياسية بنيت النيل السياسية



# المرأة في الحياة الاجتماعية



اقبال نصار

لهم بعد الالاحاح عليها وقاموا لها بدور الكورس بلا تخت ولا موسيقى

## بطلة الرماية

وفي نادي الصيد المصرى بالاسكندرية تقام يوميا مباريات لصيد الحمام والرماية على الاطلاق . . وكانت بطلة الرماية هذا الاسبوع الانسية ميمى الدراملى

## يا سمك

فى الاسكندرية السيدة فائزة الطرابلسى وزوجها رفيق الحكيم وشقيقهما حماده الطرابلسى وصديقهم محى الدين لبيب يقومون يوميا فى الخامسة صباحا بصيد السمك . . وتنتظر السيدة اعتماد الطرابلسى والاسرة والاصدقاء عودة القافلة بما لذ وطاب من كل

ام كلثوم

## مولود صحراوى

شهد « الريست هاوس » مولود الطريق الصحراوى أول عملية وضع تمت فى الصيف . . فقد كانت السيدة احسان عبد الحق فى طريقها الى القاهرة عائدة من الاسكندرية مع زوجها فى السيارة . . وشعرت فجأة فى الطريق بالام الوضع . . وفى « الريست هاوس » استدعى الدكتور وأتم عملية الوضع . . ثم نقلت بعدها الى المستشفى حيث زارها الاهل والاصدقاء مهنيين بالمولود الصحراوى الجديد

## ليلي مراد بلا تخت

فى بلاج سيدى بشر طلب بعض الانسات من السيدة ليلي مراد أن تغنى لهن فاعتذرت فى بادى الامر بأن صوتها مبجوح وعادت لهن

ونشر الدعوة ضد الارتباط بأحلاف مع الجنس الخشن على البلاجات .

## حتى مطلع الفجر

أقامت السيدة أمينة صدقى حفلة عشاء فى كابيتها على البلاج بمناسبة قرب عودتها الى القاهرة .

والتهم المدعوون والمدعوات أكبر كمية من طواجن « العدس الاباطى » بالديوك الرومى . . وظلوا حتى اضطروهم حراس البلاج للجلاء فى ساعة متأخرة من الليل . .

أقيمت فى قصر المنتزه حفلة « سيمفونية » ساهرة كبرى نظمتها بلدية الاسكندرية للمصطافين ضمت مجموعة كبيرة من أجمل زهرات المجتمع وظل المدعوون بعد انتهاء البرنامج يرقصون على نغمات السامبا والبامبو حتى مطلع الفجر .

## سباق تنازلى

سجل سباق الخيل بالاسكندرية فى الاسبوع الماضى رقما تنازليا فى عدد الرواد بسبب حرارة الجو فى هذه الايام التى أبعدت رواد السباق لأول مرة .

ابتداء من هذا الشهر برغم حرارة الجو تبدأ المصايف فى توديع روادها فوجا بعد اخر نظرا لقرب افتتاح المدارس والاستعداد لاستقبال العام الدراسى الجديد

وابتداء من هذا الشهر أيضا فى مجتمعات القاهرة من جديد فسيبدأ الموسم وتنشط الاندية وتلتقى سيدات المجتمع فى صالونات القاهرة لاستئناف نشاطهن فى الحياة الاجتماعية وغيرها من ألوان النشاط النسوى عموما

## تجدد . .

وفى الوقت الذى كان الغرب يهدد فيه باستعمال القوة ضد مصر لم تر الاسكندرية عسكدا من السيدات على البلاجات مثلما رأت فى هذا الوقت - خلال شهر أغسطس الماضى . ولا يفسر هذا الا بأنه نوع من التحدى تقابل به سيداتنا تهديدات الغرب .

## الاحلاف بين الجنسين

وعلى بلاج سيدى بشر بالاسكندرية . . سابحات فائزات قررن عدم اختلاط الجنسين فى السباحة . .



ريتسا جورجىادس



خليفة الفاسى



سامية سلطان



ناريمان





مدام فيرا تعطي الدبلومات للناجحات

## مدرسة فيرا تخرج فوجاً جديداً

ان مدرسة فيرا مستمرة في اداء رسالتها في تخريج افواج جديدة وتلبى الطلبات المتزايدة باستمرار فتفتح فصولاً جديدة لشهر سبتمبر. فاسرعى بحجز مكانك من الان من مقر الدراسة

٢ شارع ٢٦ يوليو عمارة الكونستنتال

قسم خاص للتعليم بالمراسلة

وفيما يلي اسماء الحاصلات على دبلوم فيرا للتفصيل والخياطة

السيدة نجاة عبده	الانسة فاطمة السكري
السيدة عليا عبد المجيد	الانسة هدى رياض
السيدة لأميا عياد	الانسة لوسي برسوم
الانسة عواطف مصطفى	الانسة عزيزة عبد المجيد
الانسة سعاد عثمان	الانسة عزة الجندي
الانسة ببا جورج	الانسة حياة غريب
الانسة فائزة ابراهيم	الانسة عنايات همت
الانسة فاطمة احمد	الانسة سمير على
الانسة فائزة عطية	الانسة عزيزة عبد اللطيف

### هدايا بنت النيل

راجعى صفحة ٨٧

فقد تفوزين باحدى

الغسالات اليدوية

التي تقدمها « بنت النيل » مجانا

لقارئاتها بالقرعة

بادرى بارسال الكوبون



السكر - كما تسميه -  
أمسكت بالمدفع تصوبه الى  
الهدف في دقة واطمئنان .

### سائقة

وتقدمت سامية سلطان  
تعلن استعدادها للعمل  
سائقة عند اللزوم وقالت هذا  
العمل هو الذى احبته  
أتقدم به لخدمة الوطن .

### صغيرة

وتحدثت مجتمع  
الاسكندرية عن راوية عمار  
الطالبة بمدرسة الزمالك .  
فتاة لا يزيد عمرها على ١٥  
سنة ، أعلنت عن استعدادها  
لحمل اسلح عند اللزوم  
.. واستطاعت ان تقنع  
عائلتها بالعودة الى القاهرة

### إقلى الصفة



أنواع الاسماك . . ولكن  
القافلة تعود خالية الوفاض

### التطوع للتمريض

عادت من الاسكندرية  
السيدة جنان الشواربي  
رئيسة الهلال الاحمر حيث  
توالى اجتماعاتها ليل نهار  
مع سيدات جمعية الهلال  
الاحمر حيث قررن فتح باب  
التطوع للتمريض  
والاستعدادات الاولى  
للطوارئ وبدأت الاعضاء في  
تفصيل وخياطة الملابس التي  
قد تحتاج اليها الجرحى  
 والمرضى .

### المرأة تقوم بدورها

تقدمت بنت البلد تؤدى  
ضريبة الدفاع عن الوطن  
بملاءتها الف ومنديلها  
المزركش وبرقعها فتافيت







أمال فريد

ويبدو أن الازمة حلت  
بعد اصدار البيت المالك  
الهولندي بيانه بطرد السيدة  
المذكورة .

#### على البلاط

طارد الحر نعيمة عاكف  
في منزلها فكانت تدخل من  
حجرة الى حجرة لتحاول  
النوم وأخيرا فرشت في  
أرض الحمام ونامت على  
البلاط

#### توديع سفير باكستان

أقام السيد محمد حسين  
الملحق الصحفي بسفارة  
الباكستان والسيدة حرمه  
حفلا وداعا للسفير  
الباكستاني السيد تفضل  
على بمناسبة عودته الى بلاده  
وقد حضر الحفل عدد  
كبير من الصحفيين  
والشخصيات المصرية  
والارمنية ، ومما هو جدير  
 بالذكر أن الشخصيات  
الارمنية التي حضرت الحفل  
كانت ممثلة للكتلتين  
الشرقية والغربية .

#### زواج وسفر

انتهت « أمال فريد » من  
تمثيل دورها في أحد  
الافلام الجديدة وبمجرد  
انتهائها من القيام بدورها  
.. كان كل شيء قد تم  
لعقد زواجها وسافرت مع  
عريسها الى لبنان .

وأمال فريد لعبت دور  
البطولة أمام عبد الحليم  
حافظ في فيلم « ليالى الحب »



نعيمة عاكف

هذا هو اخر الشوط فأما  
ان يتم الصلح وأما ان يتم  
الطلاق .. والصلح خير على  
كل حال .

#### عدول عن سفر

عدلت السيدة أم كلثوم  
عن السفر الى موسكو مع  
الفنانين الذين كان قد وقع  
عليهم الاختيار لزيارة  
موسكو

ومما يذكر أن أم كلثوم  
الان تعد أغنية جديدة عن  
قنال السويس

#### خليفة راسبوتين

نشبت أزمة خطيرة في  
الاسرة الملكية الهولندية  
أوشكت على اهداركيانها ،  
وذلك عندما اندست في هذه  
الاسرة سيدة تدعى أنها  
تصنع المعجزات وتشفى  
المرضى كما كان يفعل  
راسبوتين .



ليل مراد

حتى يمكنها تلبية نداء الوطن  
في الوقت المناسب

#### المرأة في اتحاد العمال

تقدمت النقابات المصرية  
الى اتحاد العمال العربى  
بطلب تمثيل العاملات في  
مجالس ادارات النقابات  
بالدول العربية .

#### ناريما .. والنقيب

سافر الدكتور أدهم  
النقيب الى لبنان .. وينفى  
ان لسفره أية علاقة بقضية  
زوجته ناريما صادق ..  
انه لا ينوى مقابلتها ..

#### صلح أو طلاق

وتبذل مساع الان لعودة  
المياه الى مجاريها بين السيدة  
اقبال نصار وزوجها  
الموسيقيار محمد عبد الوهاب  
وكانا قد انفصلا مؤقتا بدون  
طلاق .

ويقول عبد الوهاب ان

قبل انتهاء موسم الصيف  
حتى يمكنها ان تقوم بواجبها  
نحو الوطن - ان مجتمع  
الاسكندرية معجب بشجاعة  
التمليذة الداعية

#### اجنبيات ..

تقدمت إحدى سيدات  
مراكش معلنة استعدادها  
للدفاع عن مصر ، كما  
تقدمت بعض سيدات الجالية  
اليونانية لهذا الغرض لتعمل  
« ريتا جورجيا دس » سائقة  
و « ايرين ايراكي دس »  
للتمرريض و « كيكي »  
لاعمال اللاسلكي .. واكدن  
أنهن بهذا العمل يدافعن  
عن وطنهن الثاني مصر .

#### ممرضة اخرى

وتسافر جانيت الى القاهرة  
مرتين في الاسبوع لتتلقى  
فن التمرريض والاسعافات  
الاولية في عيادة احد الاطباء





# نساء فن الشرق



سعاد زايد



ليل عسيران



سامية حكيم

البيضاء مع والديها وهي مترددة بين قبول عرض فريد أو اتمام خطبتها للشباب الثرى الذى يشترط عليها ترك الرقص نهائيا لاتمام زواجهما .

الحرية فى البقاء معها أو العودة الى الصحافة .

**أول يمنية تقوم بالتمريض**

كان كل شئ يمكن أن يدور فى مخيلتها الا شيئا واحدا هو أن يسمحوا لها بتعلم فن التمريض ومزاولة هذه المهنة .

ولكن سعاد ورغم العقبات والحواجز التى اعترضت طريقها فى بادئ الامر لم تيأس من تحقيق رغبتها فى تعلم فن التمريض لتكون أول يمنية تحمل هذا الشرف . . شرف ملاك الرحمة بين سيدات ورجال اليمن .

وقد بذل والدها الشيخ محمد زايد جهودا متواصلة للحصول على اذن لكريمتيه بمزاولة مهنة التمريض من حكومة اليمن وكانت جهوده تذهب أدراج الرياح

وانتهزت سعاد إحدى زيارات سمو الامير البدر للقاهرة وذهبت شخصيا لمقابلته وعرضت عليه بالحاح رغبتها فى خدمة بلدها عن طريق مزاولة مهنة التمريض ووافق الامير على رغبتها وواصلت سعاد تعليمها وبذا أصبحت أول يمنية تتقن فن التمريض لمزاولته فى بلادها .

**راقصة جزائرية**

من المنتظر أن يظهر على الشاشة وجه جديد لراقصة جزائرية جديدة اسمها سامية حكيم إحدى شقيقات الراقصة ليلى الجزائرية التى كانت قد ظهرت فى بعض أفلام فريد الأطرش ، وهو يقوم بنفس المحاولة لاقتناع شقيقتها بالتعاقد والحضور الى مصر ، ومما يذكر أنها تقيم الان فى الدار

الجابر الصباح قد اصطحبت معها فى رحلتها الأخيرة الى أوروبا سكرتيرة خاصة هى الانسة ليلي عسيران . .

ولهذه السكرتيرة قصة ، فهى لم تكن تعرف الاميرة من قبل . . وفى اثناء قيامها بجولة صحفية فى الكويت لموافاة أنبائها لمجلة «الصيد» قابلت الاميرة وتحدثت اليها ولكن الاميرة أعجبت بها وعرضت عليها أن تعمل سكرتيرة لها . . فاعتذرت ثم تم التفاهم بينهما على أن تصاحبها فى رحلتها الى أوروبا سكرتيرة ، وبعد العودة من الرحلة ترك لها مطلق

**الاميرة عائشة**

سافرت الاميرة عائشة كريمة السلطان محمد الخامس سلطان مراكش مع شقيقتيها الصغيرتين فى رحلة الى شمال أوروبا وقد رحلت الاميرة الى بوردو فى شمال النرويج ولما كان الجو عند وصولهن باردا للغاية فقد فضلت الاميرة مواصلة رحلتها والسفر فورا من بوردو

وستتوزر الاميرة لندن فى هذه الرحلة

**سكرتيرة الاميرة**

نشرنا لك من قبل على هذه الصفحة أن الاميرة ليلي المرعبي زوجة الامير عبدالله

## شركة سباهى للصناعية

نحيط الغزل والمنسوجات  
ش . م . م

الاسكندرية • القاهرة • المحلة الكبرى

غزل • نسج  
صبغة • طباعة  
تجهيز

منتجاتها منسوجة لسرة ممتازة فى الجودة  
سواء بالاسواق الداخلية أو الخارجية



# يوميات في الاسكندرية



استسلمت هذه الحسنة لتفكير عميق وغابت بالشاطئ ومن فيه

اسأل عن السبب لاحتاشه فيما بقى  
أمامى من هذا الطريق الطويل  
فقال لى حراسها .. التراب هو  
السبب

- وكيف كان ذلك .. ؟  
- السيارة ثقيلة والتراب ناعم  
وكثير فالتحلق في السيارة كما  
تتحلق أيام المطر سواء بسواء ..  
- وما العمل لتفادى ذلك ..  
- السير ببطء ما أمكن ..  
فعدلت سرعة السيارة على الفور  
وسرت كمن يمشى فى زفة  
العروسة أو فى زحمة مرور  
شارع قصر النيل - شارع إدارة  
المجلة طبعاً - وكثير على كده حوالى  
ساعة مرت كأنها عشر ساعات ..  
قالت زوجتى فى نهايتها « مش حر  
القاهرة كان أحسن »  
قلت .. مليون مرة

وانتقلت الى طريق آخر أقل  
خطورة من هذا الطريق ولكن  
السيارة فيه كانت تقوم بأداء مهمة  
« ايد الهون » فالطريق كله بلابيع  
تتدحرج عليها السيارة وقبيل  
دمنهور انتقلنا الى الطريق  
العادى لنواصل السير فيه الى  
الاسكندرية .

\*\*\*

وأنا لا ألوم وزارة المواصلات  
أو مصلحة الطرق التابعة لها فى  
استبدال طريق باخر ولكن أما كانت  
تسهر هذه المصلحة أن عليها واجبا  
آخر هو أن تمهد الطريق الإضافى  
وتجعله صالحا للسير قبل  
أن تغلق الطريق الاول خصوصا اذا  
كان هذا الطريق فى الطريق  
الرئيسى بين عاصمتى الجمهورية  
المصرية .

وسكوت زوجتى عن الكلام  
يساعدنى فى الواقع على السير أو  
يهيئ لها نوما هادئا تصحو منه  
فتجد نفسها أمام المكان الذى  
نساها اليه .

المهم أننا بعد أن وصلنا الى  
طنطا وهى منتصف الطريق تقريبا  
رأينا أن نمضى فيها جانباً من  
الوقت لزيارة بعض المعارف  
والاصدقاء القدامى ثم مواصلة  
السير بعد قسط من الراحة كان  
لا بد منه .

وعند استئناف السفر وجدنا  
الطريق الرئيسى مغلقا بعد كفر  
الزيات الى دمنهور وعليها أن  
نجتاز طريقا آخر مرغمين تسلكه  
كل السيارات المتوجهة الى  
الاسكندرية .

وتملكنى العجب وأنا أجتاز هذا  
الطريق لأن مجرد تسميته طريقا  
يحكم الانسان من أجلها قانونا  
بأحدى المواد المخصصة فى القانون  
لمعاقبة الفشاشين .. ولا تكون  
مخطئا أو مغاليا اذا قلت انه  
غيظ أو أكوام من التراب الناعم  
المفربل بمضها الى جوار بعض ولا  
تكاد تنتهى من كوم حتى تصعد الى  
آخر

وظلت زوجتى أن دور «البيلوت»  
مسألة جدية واعتدلت لتؤديها على  
أتم وجه .. فقلت « ارفى زى ما  
انت عاوزه وسبيك من المسألة دى  
فى الحقة دى لأنها رجالي خالص »  
ولم أكد أقطع من هذا الطريق  
بضعة كيلومترات حتى وجدت  
سيارة لورى راقدة على جنبها مع  
حمولتها وراعى منظرهما لأن  
نصفها غارق فى التراب فوقفت

- الا فى الشيل فهو لكم  
وحدكم ..

ولم يكن هناك مفر فحملت  
الشنط ونظرت اليها وقلت ..  
وأنت أيضا اذا رغبت .. فأجابتنى  
بنظرة معناها كفاية عليك الشنط.

وجففت عرقى بعد أن وضعت  
الشنط فى سيارتى الصغيرة  
« التى تفتنى عن سؤال اللثيم »  
وانجعت زوجتى على الكرسى  
الذى بجوارى لتقوم بمهمة  
« البيلوت » فى الطريق وكان هذا  
آخر ابتكار وصلت اليه لمنعها من  
الرغى والدوشة أثناء السير  
فتنصرف عنهما الى مراقبة الطريق  
وارشادى الى المنحنيات والمخالفات  
والواقع أنى لبست فى حاجة الى  
مرشد يوجهنى .. ولكن كان هذا  
خير وسيلة لسكوتها عن الرغى  
وتلك نصيحة خالصة أقدمها  
للأزواج الذين يريدون التخلص من  
ثرثرة زوجاتهم أثناء السفر الطويل  
فى سيارة يقودها الزوج بنفسه .



كان الحر فى القاهرة خلال  
شهر أغسطس الماضى « طاقة من  
طاقات جهنم كما يقول المثل  
العامى » فقلت لا بأس من قضاء  
يومين بالاسكندرية فرارا من وهج  
هذا الحر القاسى وقلت لزوجتى ..  
هيا بنا ..

- الى أين .. ؟

- الى الاسكندرية لنمضى فيها  
بضعة أيام فرارا من هذا الجحيم  
الذى لا يطاق ..

- عجيبة .. كنت أعرض عليك  
السفر من يومين .. فعارضت بأن  
أعمالك ومشاغلك لا تسمح لك  
بالسفر فما الذى غير رأيك من  
النقيض الى النقيض

- الحر ياسيدتى ... الحر  
ياهانم

وطبعاً قامت الى الشنط تعدها  
ولكن لم تنس بين لحظة وأخرى  
أن تبدى دهشتها من هذا التحول  
المفاجئ « امبارح ما فيش سفر  
والنهارده سفر ومين عارف يمكن  
بعد شوية ما فيش سفر »

ولم أرد طبعاً .. لأن هذا  
شأن السيدات ، التعليق على كل  
ما يصدر من الزوج من أعمال أو  
أقوال أو تصرفات

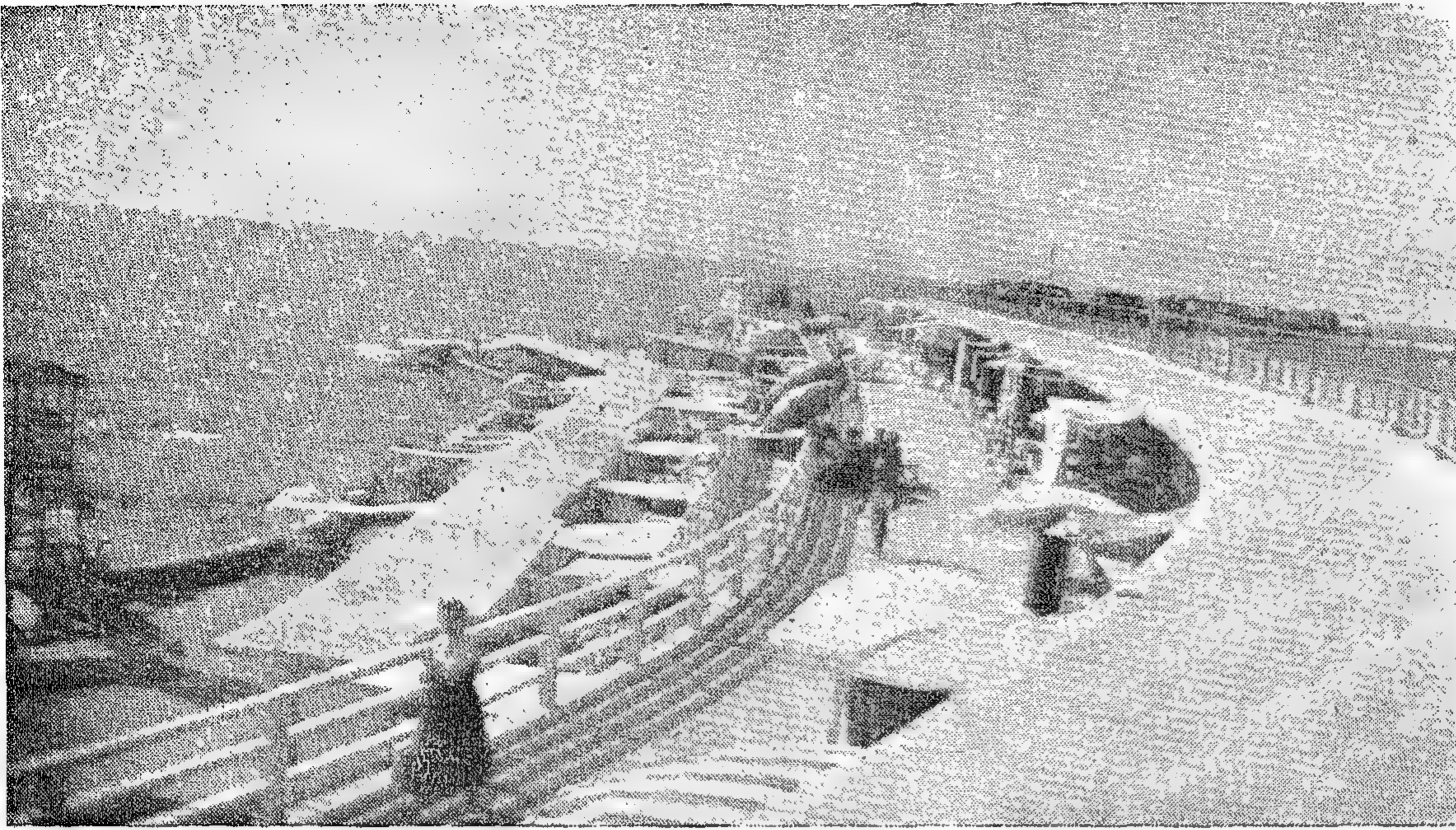
وبعد أن أعدت الشنط ...  
وقفت أمامى وقالت « الشنط  
جاهزة » فقلت على بركة الله .

وتناولت احداها فنظرت لى  
وقالت .. من سيحمل الباقي ؟  
قلت أنا وأنت

- لا .. أنت لوحده .

- ألم تطالبى بالمساواة





### جانب من البلاج الجديد في استانبول

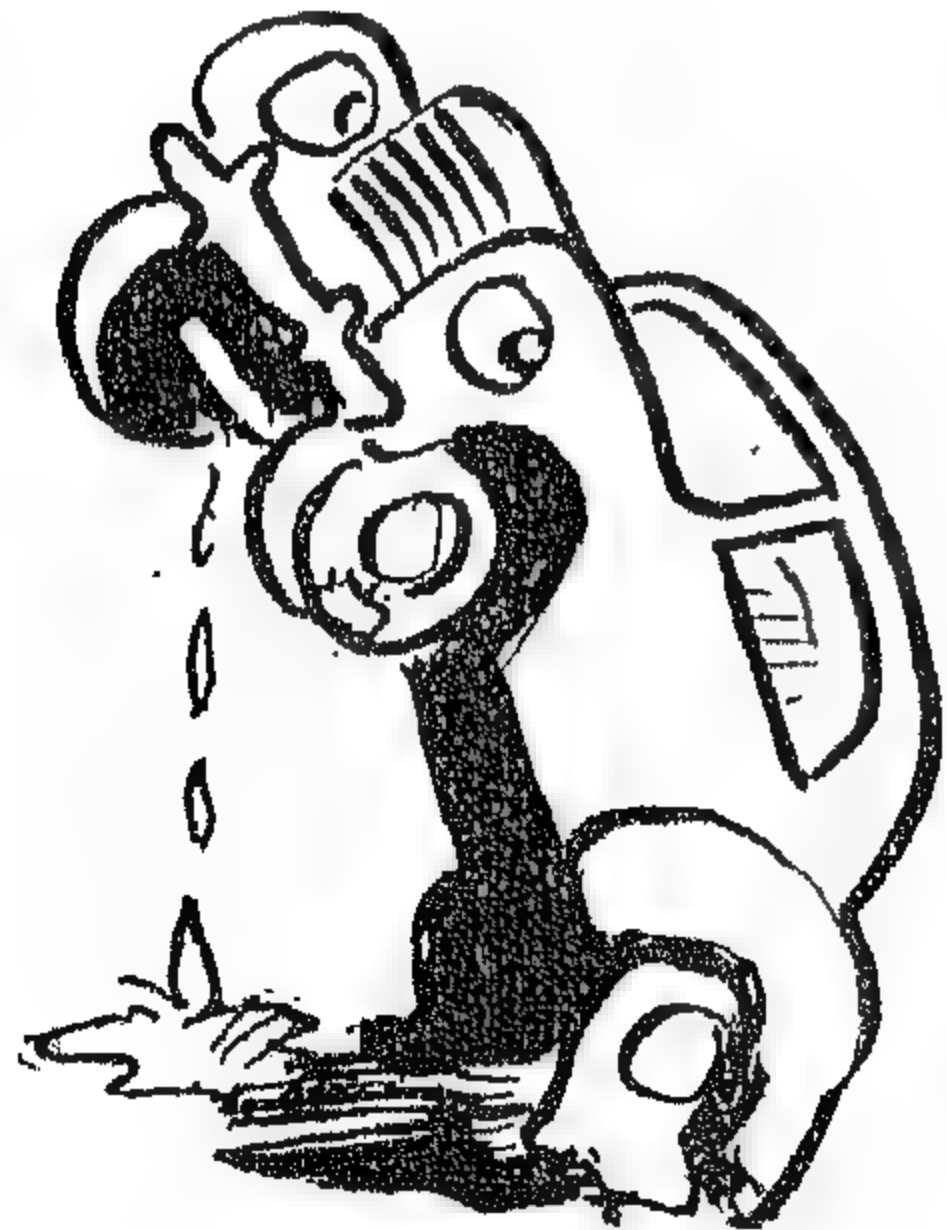
فقط وقال اما من ناحية مخالفة قواعد المرور فلا توجد مخالفة اطلاقا فالعربية في الصف مع زميلاتها .

وقلت لا تخف فالمنادي سيوقف بجوارها وسأعود بعد دقيقتين . ورد على بقوله ان كان كده اتفضل .

ودخلت محل شيكورييل وكانت زوجتي قد اشترت ماتريد وناولتني القسيمة لدفع المطلوب ونظرت فيها فوجدت المبلغ المطلوب ١٢ .

وقلت في نفسي ان زوجتي اقتصادية للغاية .

١٢ قرشا فقط هذه اول مرة تتبع فيها مبادئ الاقتصاد وتقدمت الى الخزينة وناولت المدموازيل ١٢ قرشا فنظرت محمقة في وجهي ثم نظرت الى القسيمة ونظرت الى وقالت المبلغ المطلوب ١٢ جنيها . وقاطعتها - ١٢ جنيها يبقى المندبل بستة جنيها مثلا .



- مندبل ايه . . ما فيش مناديل خالص .  
- امال ١٢ جنيها علشان ايه . .  
وسببه ايه ؟  
- فستان . .

ورميت عصفوريين بحجر واحد . . ولا تحاول ان تعرف أكثر من ذلك فهذا سر المهنة لكن اذا « انزقت » في موقف مثل موقعي فانا على استعداد لان أقدم لك السر العجيب .

١٢ جنيها لا غير . .

وامام محل شيكورييل ونحسن نجتاز شارع سعد زغلول قالت مناديل يدى نسيته في مصر . . على الاقل اشترى مندبلين او ثلاثة . ودخلت محل شيكورييل لهذا الغرض . . ودرت كالنحلة ابحت عن مكان اركن فيه العربية . . وكان هذا التفكير من العبث طبعاً فالبحث عن أى شيء ممكن الا الحصول على مكان للعربة في هذا الشارع .

ووجدت فتحة بين سيارتين تسع لمؤخر سيارتي لا غير وقلت لا مانع . . انتظار لعدة دقائق . . ولكنى ما كذت الجأ بسيارتي الى هذا المكان حتى جاء عسكري المرور النشيط . . وقال ممنوع كدة . . لازم يوز العربية يبقى داخل في الصف .

وكان الحر والعرق قد جملا منى رجلا يريد ان يجد حلا لكل شيء مهما تكن النتائج وقلت لعسكري المرور عندك سابتكسر حاجة جديدة لوقوف السيارات . واستدعيت المنادى واستعنت بالشويش ورفعنا السيارة الى فوق - أى أنها وقفت على العجلتين الخلفيتين ومقدمتها الى أعلا وتجمع الناس ودهشوا لهذا المنظر وتهايمسوا يشيرون الى لا بد أن يكون هذا الرجل مجنوناً لا شك .  
اما عسكري المرور فقد احتج ايضا على ركن العربية بهذه الصورة خوفا من وقوعها على المارة

اننى اطلب من وزير المواصلات ان يركب سيارته ويجرب السير في هذا الطريق ليرى بنفسه مدى ما يتعرض له الناس من أخطار نتيجة للاهمال والتواكل وعدم رعاية مصالح الجماهير ولا الاهتمام بحياتهم من السيدة الكريمة مصلحة الطرق والكبارى .

\*\*\*

وأخيرا وصلنا الى الاسكندرية بسلامة الله وجاء الحمل في هذه المرة فحمل الشنط من السيارة الى الفندق . . واسترحنا قليلا ثم قمت أغير ملابسى وفتحت الشنط واحدة بعد أخرى عساي أعثر فيها على ملابسى فلم أجد وقلت لزوجتى

- أين ملابسى

- وهو انت طلبت ملابس . .

انت ما طلبتش

- أمال الشنط دى كلها ايه

- دى هدومي وفساتينى

ثم سكتت قليلا وقالت عندي

فكرة مدهشة . .

قلت وما هى ؟ . .

- المسألة بسيطة اشتر لك ملابس جديدة من الاسكندرية اهى على كل حال مكسب مش خسارة واهى الهدوم الى فى مصر تنفع هناك .

- يا سلام . . « شاخت » ليه تايه عنك من زمان ما يجيش يقتبس من نظرياتك الجبارة دى . .

- طبعاً علشان تعرف انك متجاوز واحدة مالهاش مثيل .

وكان على ان اقول طبعاً . . طبعاً بكل تأكيد . .

المهم . . ان مسألة الملابس لم تكن مشكلة فمن السهل شراء ملابس ومن السهل استئجار ملابس . . ومن السهل استعارة ملابس . . كل شيء ممكن وقد حلت حلا سعيدا موفقا فقد اشترت ملابس تصلح بيجامة فى الليل وقميصا وبنطلونا فى النهار . .



لا تظن ان هذا تهمال وضعته البلدية على البلاج . . انه انسان يتابع الاخبار الهامة فنسي نفسه تحت وهج الشمس



— لازم القسيمة غلطانة ..  
ولكنى واجعت القسيمة فوجدتها  
صحيحة

وبحثت عن زوجتى فى أرجاء  
المحل فوجدتها تشتري عقودا  
وخواتم وحلقانا .. وهيصة ..

— ايه الحكاية يا هانم ؟

— حكاية ايه ؟

— كنت دخلتى تشتري منديلين  
ولا ثلاثة .. فاشتريت حاجة  
بـ ١٢ جنيه ٠٠ اشتريت حضرتك  
« فستان » .

— دا حنة فستان جميل  
ورخيص ولايق على خالص وسعره  
رخيص جدا .. ادفع يا شبرى  
ادفع ربنا يخليك .

— والمناديل ..

— مش ضرورى بقه ..

— طيب والخواتم والحلقان ؟  
— دى حاجة بسيطة كمالة الـ ١٥  
جنيه ٠

— لا يا سنى .. كفاية

— ولا حلق واحد

— ولا نصف حلق

ودفعت الـ ١٢ جنيه ٠٠ واخذت  
حضرتها الفستان وقالت ما رايتك  
اليس جميلا ؟  
— الـ ١٢ جنيه احسن منه  
الف مرة .

— طيب أرجعه ..

— لا مفيش لزوم دا عال خالص  
وكويس جدا .  
وعدت للسيارة فوجدت الناس  
حولها يتفرجون عليها كما يتجمعون  
على « الفاترينات »

واستاذنتهم فى افساح الطريق  
اليها وسمحوا لى بعد أن عرفوا  
اننى صاحبها وسامدونى فى  
اعادتها على الارض كما كانت — ثم  
صفقوا لى — لا أدري ان كان  
استحسانا أو استهجانا .

وركبت زوجتى وقالت الى اين ؟  
قلت الى « هانوفيل » الى خارج  
الاسكندرية فالجو هناك أجمل  
والهدوء أشمل — والحقيقة اننى  
قصدت الهرب من الروز على محل  
آخر فاغرم ١٢ جنيه ٠٠ أخرى أو  
أكثر .

ووصلنا الى هناك واتخذنا ركنا  
فى هذا المكان الهادئ الجميل .  
وعلى مقربة منا كان السيد عبد  
الحميد عبد الحق الوزير السابق  
يتحدث مع بعض اخصائه فى  
ضعف موقف الغرب من قرار تأميم  
قناة السويس .

سمك أو جواهر

وبعد أن مضينا وقتا طيبا فضلنا  
أن نتناول الغداء فى كازينو المكس  
ذى السمعة الواسعة فى تقديم  
السمك لزبائنه .

وتفدينا بالسمك طيبا وطلبت  
الحساب وكم تنصور ٠٠ ؟

أفة السمك بثمانين قرشا غير  
« الابرتيف » والعيش والسلطة  
والبقشيش .

وطيبا دفعت الحساب وفى ذهنى  
سؤال .. اذا كان هذا سعر السمك  
فى بلد السمك أمال يبقى سعره  
كام فى الأداكن الأخرى ؟

وعجزت عن أن أجده جوابا على  
هذا السؤال .

ولعل الجواب لدى بلدية  
الاسكندرية التى تملأ الصحف كل  
يوم بالصور الباهتة لدعوة الناس  
لقضاء الصيف بالاسكندرية ..

واعتقد ان البلدية لو أراحت  
نفسها من نشر هذه الاعلانات  
الميتة لأقبل الناس من تلقاء انفسهم  
لقضاء الصيف فى الاسكندرية ..

وحبذا لو وجهت البلدية عنايتها  
الى النظافة فى الكازينوهات التى  
يفشهاها الناس وهى ادري طيبا  
بما أقصد فلم يعد مقبولا ابدا  
السكوت على مثل هذه المسائل .

أين نقضى السهرة ؟

وقالت لى زوجتى بعد الظهر  
نريد أن نقضى السهرة فى مكان  
كويس ورخيص فقد انفقنا اليوم  
كثيرا .

وقلت لها عين العقل .. تمام  
وأخذنا نستعرض السهرات  
واحدة بعد أخرى ولكننا فضلنا أن  
نقضىها فى شرفة حجرتنا على  
البحر حيث النسيم العليل والجو  
الجميل .

وبهذه المناسبة أذكر أن  
الاسكندرية عامرة بالمصطافين وان

كانت غير مزدحمة بهم وقد حملت  
موجة البحر الشديدة التى اجتاحت  
القاهرة كثيرين على الفرار الى  
الاسكندرية لقضاء يومين أو ثلاثة  
بها كما فعلت أنا بأفكارى النيرة .

وقد قضينا يوما وليسلة  
بالاسكندرية كانا من أجمل الايام  
نظرا لجو الاسكندرية الذى عوضنا  
عن حر القاهرة الشنيع .. ولكن  
ما كاد النهار يطلع علينا — كما  
تقول أم كلثوم — حتى كان الحر  
قد اعلنها حربا شعواء على  
الاسكندرية حتى البحر الذى كان  
يهزأ بالحر وافعيله لم يستطع  
فى هذه المرة أن يحمى نفسه منه .

وكنا كلما ارتدنا مكانا على البحر  
لا نلبث أن نتركه من شدة الحر  
وانتهى بنا المطاف الى « الكوت  
دازور » .

وفى أحد اركانه الهادئ بالدور  
العلوى كان الدكتور عبد الرزاق  
السنهورى وبعض رجال القضاء  
يجلسون حول مائدة يهب عليها  
النسيم بين ساعة وأخرى .

وجاء جمعة .. كبير خديم  
الكازينو وسألته مافيش هـوا  
يا جمعة فقال :

— احنا عندنا هوا كل يوم بس  
الخاردة مافيش .

وترك الناس البلاج ينشدون  
الظل فى أى مكان فلم يعد فى  
استطاعتهم البقاء لحظة واحدة  
فى هذا الوهج القاسى .

وانتهى النصف الاول من اليوم  
وتوقعنا أن يجىء الليل فيمحسو  
ما فعله النهار ولكن حدث العكس  
فجاء الليل العن منه .

ولجأ الناس الى الشاطئ  
والكورنيش ينشدون الهواء ولكن  
دون جدوى انتصف الليل أو كاد  
وهم على هذه الحال والجو راكد  
وهم يتصبون عرقا لان الجو  
ملى بالماء .

وذهبنا الى الفندق لننام ..  
وقالت زوجتى : اترك الزجاجة  
مفتوحة وكان هذا طبيعيا .. ولكن  
لم استطع النوم فقممت الى الشيش  
وفتحته أيضا رجاء أن يهب بعض  
الهواء .

واستيقظت زوجتى ونادتنى  
أرجوك افتح الشيش فقلت حاضر  
وتظاهرت بأنى افتحه .

وبعد قليل استيقظت مرة أخرى  
وقالت اعمل معروف افتح الشيش  
كمان .

ففتحت النور لترى بعينيهما  
أن الشيش مفتوح على آخره .  
وقلت ماذا تريدان ليس هناك  
من حل آخر الا خلع الشباك  
نهائيا .

وطلع النهار وكان كسابقه منذرا  
بحر شديد .. فقلت لزوجتى  
هيا بنا .

— الى أين ؟؟

— الى القاهرة فحرها أخف من  
هذا الحر على الأقل ليس مشبعما  
بالرطوبة كهذا الحر .

— ونمضى فى الاسكندرية يومين  
فقط ؟

— وماذا نصنع اذا كان الحر  
يلاحقنا فى كل مكان .. الى  
القاهرة وكما يقول العامة « عمار  
يا مصر عمار » .

## زهقان من الحر



جانب آخر من شاطئ ستانلى باى بعد تجهيزه و تنسيقه ولكن الحر حمل المصطافين على الهرب الا  
عددا قليلا ينتظر الفرج





# ما الذي يضايقك؟



انت ربة بيت ممتازة ولا شك . غير انه ينقصك بعض الخبرة التي نقدمها لك على هذه الصفحة . . . انها نصائح عملية تجعلك ست بيت كاملة

## هل خنفيك تسيل ؟

افعل الأم . افتحى الخنفية بمفتاح انجليزى . . اخرجى قطعة من المطاط البالية . اذهبى الى أحد المحال التي تبيع البويات واشترى منه قطعة مطاط جديدة من نفس الحجم . ضعى هذه القطعة مكان القديمة . اعيدى كل شيء الى مكانه . اقلبى الخنفية بالمفتاح الانجليزى شيئا فشيئا وافتحى الأم من جديد

## كيف تقضين على البعوض ؟

هل تشكين من البعوض . . ان هنا لوسيلة جديدة تستطيعين بها القضاء على هذه الحشرة . وهذه الوسيلة الجديدة هي عبارة عن مصباح يجذب البعوض ويسحقه « ١٢٠ فولت أو ٢٢٠ فولت » ويمكن شراؤه من محال بيع الادوات الكهربائية . وهناك ايضا سواكل قاتلة للحشرات يمكنك استخدامها برشها

## حفظ الجبن والخبز

لكى تمنى الجبن الجروفيير من أن يجف فى استطاعتك أن تلفيه بقطعة من الموسلين المبللة بالنبيذ الأبيض . أما الخبز فان حفظه أصعب . . هل لديك ثلاجة كهربائية ؟ ضعى الخبز فيها بعد أن تلفيه بورقة من الامونيوم حتى لا يدخله الهواء . والا فاعمى الخبز الجاف بالماء ليصبح رطبا وضعيه فى الحال فى الفرن

## الزبيب فى الكيك

لكى لا يسقط الزبيب فى قاع الكيك من الضرورى وضعه فى فرن حام جدا لكى يتأثر سطح الكيك بالنار فثبت الزبيب . وبعد عشر دقائق اشطلى قمة الكيك لكى يتنفس المعجون . اخفضى النار . . وانتظري الى أن ينضج . . اغزى السكين فى الكيك واسحبها . يجب ألا تحمل اثرا للمعجون وان تكون جافة

## معطف الفراء

فى استطاعتك الاحتفاظ بمعطفك المصنوع من الفراء طوال الصيف ان نظفته جيدا بالرمل الساخن ووضعتة فى كيس من النايلون يعلق بداخله . . لا تنسى أن تضعى فى جيوبه مسحوقا قاتلا للعث كالناتالين

## مشهيات رخيصة

هل تريد أن تقضى لضيوفك طبقا أو أطباقا من المشهيات الرخيصة ؟ أعدى لهم بطاطس مقلية أو شيس وزيتون أخضر واسود وجبنة جروفيير وهولندي وبلكان وسردين وتون وانشوجه .

## الاحذية الصفراء

إذا كانت أحذيتك مبقعة بالدهن ادعكها بمزيج مكون من ثلث جلسرين وثلثين كحول رشها بمسحوق التالك . . امسحها عندما تجف . . ولتفتحها استعمل الليمون ثم امسحها بالورنيش الأبيض .

## بقعة الحبر الجاف

فى استطاعتك إزالة بقعة الحبر الجاف ان عملت بسرعة . . اغسى قطعة فى كحول درجة ٩٠ وامسح بها البقعة من الظهر ثم ضعى من ناحية البقعة قطعة من النشاف لتمتص الحبر

## ماء بارد على البلاج

فى استطاعتك أن تشربى ماء باردا وأنت على البلاج دون أن تستعمل الثلج . ضعى زجاجات فى جردل . امليه برمل ناد حتى عشق الزجاجات . . افرشى بعد ذلك ملحا خشنا ورشيه بالماء . انتظري نصف ساعة ثم اشربى . . ان الماء أصبح باردا كما الثلجة .

## نصيحة لحفظ الزيت

لحفظ الزيت فى استطاعتك أن تسيحيه وتضعيه فى بطرمان من الفخار وغلقه جيدا . . يمكنك أيضا أن تملحيه مع قليله بملقعة خشبية يجب ألا تزيد نسبة الملح عن ٦٠ جراما لكل كيلو الزيت الواحد ، ضعى الزيت بعد ذلك فى بطرمان من الفخار وغطيه بالملح الخشن





٣ - ما اسم رئيس جمهورية باكستان الحالي الذي تم انتخابه في شهر مارس الماضي ؟

- ١ - السيد غلام محمد  
ب - السيد ليافت علي خان  
ج - الجنرال اسكندر ميرزا



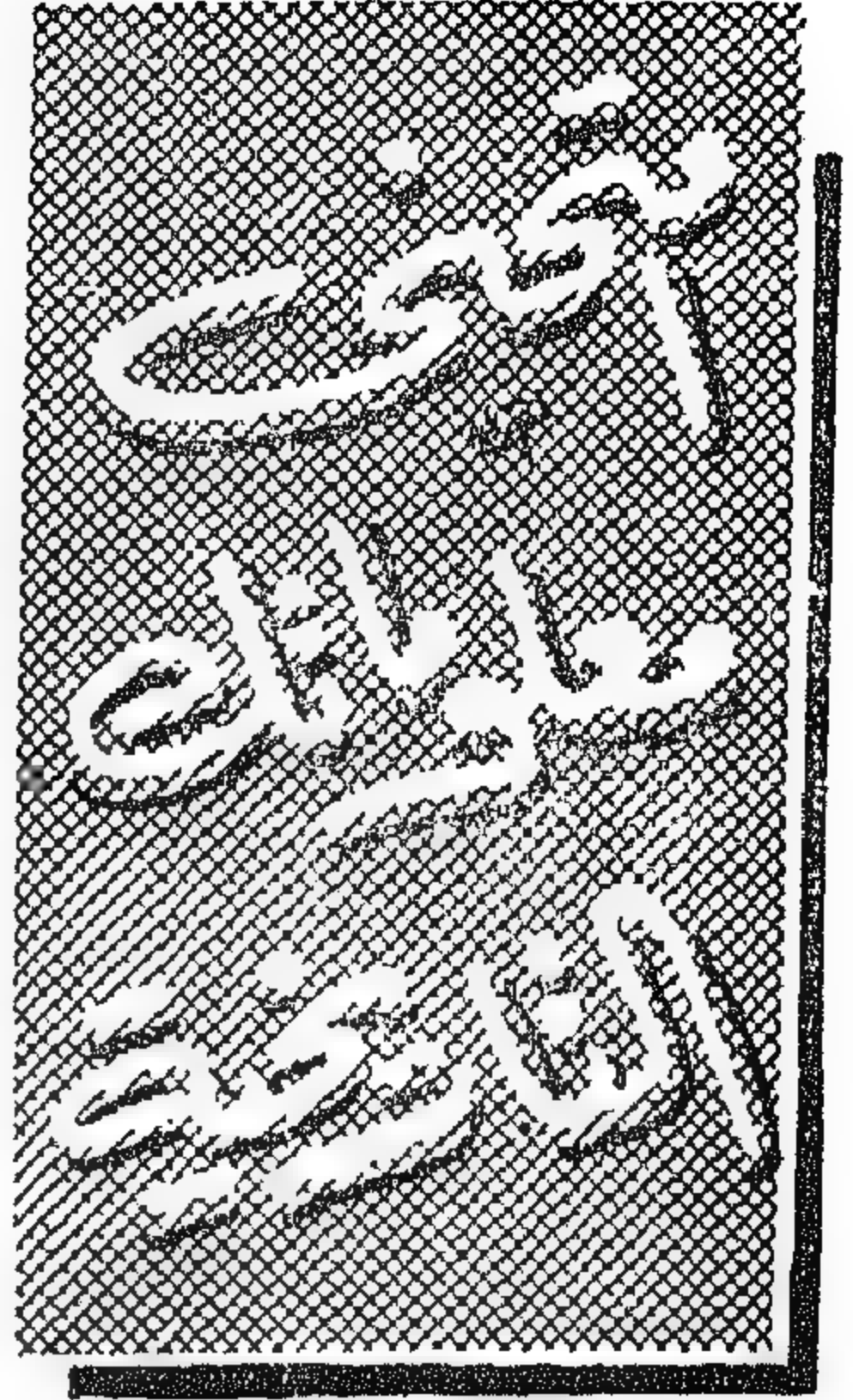
٢ - يخترق باكستان الغربية نهر هام ٠٠٠ ويخترق باكستان الشرقية نهـر آخر شهر ٠٠ ما الأسماء الغربية لهذين النهرين؟

- ١ - نهر براهما بوترا  
ب - نهر السند  
ج - نهر الكنج



١ - كراتشي هي عاصمة حكومة باكستان المركزية ٠٠ وهناك عاصمتان أخريان لها واحدة للفزب وأخرى للشرق ٠٠ ما اسم هاتين العاصمتين ؟

- ب - بشاور  
١ - لاهور  
ج - دكا



## إنت فانتك الميركي

عرف هدفه أخيرا وحدده ٠٠ وأنه سيتقدم إليه بطريقته المستقيمة المعروفة عنه ٠٠ أما هذا الهدف الذي كان يبحث عنه فهو الزوجة العاقلة الجميلة التي تستطيع

لي قريب أعتز به جدا ٠٠ أخلاقه حميده ٠٠ وطباعه مستقيمة ٠٠ وهو يشغل وظيفة محترمة غير حكومية ٠ جاءني منذ فترة وجيزة فرحا مستبشرا يقول انه قد



ولكنني أعتقد ان بها قابلية للتشكك بي في أي لحظة ٠٠ فانا حتى الان على وفاق معها وان كانت تصلني من وقت لآخر أقوال ترددها تفسر لي أفعالا بسيطة تقوم بها أمامي فتجعلني أفكر وأفكر وأتألم بينما الامر لا يحتمل كل هذا التفكير أو الألم ٠٠

وضرب لي مثلا لما تقوله له ٠٠ قال :

— جاءتني هذه السيدة في الاسبوع الماضي وسألتني فجأة ٠٠ لماذا لا تترك عملك الحر وتعمل بالحكومة ؟

وأضافت : ان الحكومة مستقبلها مضمون ٠٠ كل من يعمل بها يحصل على معاش محترم ٠٠ كما ان عملها غير منهك ٠٠ من الصباح حتى منتصف النهار فقط ٠٠٠

فقلت لها : لقد كان في مقدوري ، ولا زال في مقدوري أن أعمل بالحكومة ٠٠ ولكنني رفضت ذلك ٠٠ ولا زلت أرفضه ٠٠ لانني لا أؤمن بروتين الوظيفة ٠٠٠ ولا أحب أن أقيد مستقبلي به ٠ هذا بالإضافة الى اني مطمئن البال لعملتي الذي أشغله الآن ٠٠٠ وهو يفضل

أن تكمل حياته وتسعد وجوده ٠٠٠

وبعد عدة شهور ٠٠ وبعد ان أعلنت خطوبته جاءني ثانية منذ أيام والغيظ يكاد ينضج من عيني ، والاسى ظاهر عليه حتى لقد هالني الامر وكدت أعتقد انه فسخ خطبته لولا ان وجدت خاتم الخطوبة في اصبعه ٠٠٠ وأخذ هذا القريب يقص علي قصصا غريبة ٠٠٠

وحادث تافهة تدخل في باب « الفكاهة » لشدة تفاهتها ٠٠ وكلها تدور حول أقوال وأفعال « الست » والدة خطيبته ٠٠ وكلها لا يمكن أن تصدر عن انسان يعي ما يقول ويفكر فيه قبل أن ينطق به ٠٠٠ وقد سألته بعد أن انتهى من سرد قصصه المضحكة ٠٠ — هل تقدرك ؟

فقال : انه يستطيع أن يؤكد أنها لا تكرهه ، كما انها لا تغار من ابنتها ، وعلاوة على ذلك هي طيبة القلب الى حد كبير ٠٠٠٠ فعدت أسأله من جديد : — هل تشك فيك ؟ وهل لاحظت بادرة توحى بهذا الشك ؟

فقال : لا حتى الان لا أستطيع أن أجزم بشكها في



# نعمة للبشرة لانولين بلاس



- ليكويدي سائل للبشرة ٣٠ قرش
- كايونسر لتنظيف الوجه ٤٠ قرش
- هاند لوشن للأيدي ٦٠ قرش
- سامبو لغسيل الشعر ٤٠ قرش
- فوردى هير لحفظ الشعر ٤٠ قرش

لانولين بلاس  
لا تظهر له في  
مفعوله

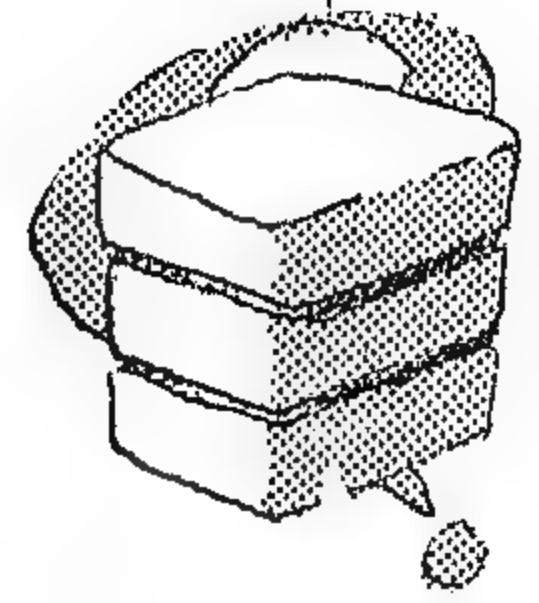


راحة  
و  
حرية

بفصل

كوتكس

المنشفة الصحية للسيدة العصرية



٥ - تعيش في شمال غربي  
باكستان الغربية قبائل مقاتلة  
اشتهرت بعدائها الشهير للانجليز  
.. ولها تاريخ طويل في قتالهم ..  
ما اسمها ؟

١ - قبائل الافريدي  
ب - قبائل المهامند  
ج - قبائل الباتان  
« الاجابة الصحيحة على ص ٨٤ »

٤ - تعتمد باكستان في  
صادراتها على نبات هام ينبت  
كثرة في باكستان الشرقية ..  
ما اسم هذا النبات ؟

١ - القطن  
ب - الشاي  
ج - الجوت

والذي يظهر العطف  
والحنان للانسان لدرجة  
تفقد العطف والحنان  
معناها ..

ان الوسيلة لعلاجها غير  
موجوده .. لانه لا سبيل  
الى اقناعها بغير آرائها ..  
كل ما يمكن عمله هو  
الاستماع الى كلامها وتركها  
تفضفض عما بصدرها ..  
والتظاهر بالايان بكل كلمة  
تقولها ..

وبعد ذلك العمل بما  
يوحيه العقل وما تستلزمه  
المصلحة ..

ان الحب عند هذه  
السيدة معناه غير المعنى  
المفهوم في جيلنا ..  
والعطف لديها غير  
العطف الذي نبحت عنه  
وندعو اليه ..

بل ان دنياها غير دنيانا  
التي نحيا فيها بعقولنا ..  
والصبر والمصابرة هو  
العلاج الذي نصحت به  
قريبى ..

فبغير الصبر والمصابرة  
قد تنجح مثل هذه السيدة  
فى افساد مشاريعنا ..

وكم يكون الفشل مريرا  
اذا كانت عقلية مثل هذه  
العقلية الرجعية هى السبب  
فيه .

أخ

كل الاعمال التى شغلها  
زملائي الذين تخرجوا معى  
فى الجامعة ... والمستقبل  
ليس فى المعاش الذى يضمه  
العمل الحكومى ولكنه فى  
قدرة الانسان على العمل ،  
وايمانه بما يعمل ، وتحديد  
لاهدافه ..

وانتهى الحديث عند هذا  
الحد ..

ولكنها عادت فى اليوم  
التالى ، واليوم الذى يليه  
تذكر نفس المعانى التى  
ذكرتها فى حديثها الاول ..  
بل وأوحت الى بعض أقاربى  
بأثارة الموضوع معى ..  
وزاد الطين بلة حينما أخذت  
فى مناسبات شتى تظهر  
علامات الاحتقار لعملى ،  
والاستهتار به ..

وكاد الزمام أن يفلت من  
يدى .. وخفت ولا زلت  
خائفا من ان تؤثر فى عقلية  
خطيبتى ..

ان هذه السيدة من النوع  
المتشكك .. ولا ريب أنها  
لا تكاد تطمئن لشيء .. وهى  
تحاول التدخل فى كل شيء  
بعقليتها المتشككة .. وهى  
متعبة حقا .. ولكن أمرها  
بسيط جدا ..

فهى تمت الى ذلك الجيل  
العتيق الذى يعتقد فى  
الميرى ..





## هل انقطاع العادة الشهرية ناتج عن مرض؟

كتب لي كثيرات من قارئات « بنت النيل » يسألن بقلق عن سبب انقطاع العادة الشهرية .

وفي الواقع أن أسباب الانقطاع متنوعة وقد تنقطع عند البنات كما تنقطع عند السيدات الصغيرات منهن أو المتقدمات في السن .

### ترجيح الحمل

فاذا انقطع الميعاد عند سيدة متزوجة ما زالت في مقتبل العمر وكانت العادة عندها قبل ذلك منتظمة وطبيعية فيجب ألا تقلق اذ غالبا ما يكون السبب هو الحمل .

وفي استطاعة الطبيب أن يقرره بعد اسبوعين أو ثلاثة على الأكثر وزيادة في التأكد يمكن إجراء تحليل البول والدم اذ تحقق ببعض الحيوانات فتظهر النتيجة في خلال يوم أو ثلاثة على الأكثر .

ومن البسيديهي أن كل السيدات يعرفن هذه الحالة ولكن مع الاسف ينسبون ذلك وينقذن لكل ما يقال في هذا الخصوص فينتابهن القلق وخاصة اذا كانت قد

مضت فترة طويلة على زواجهن ولم ينجبن أطفالا بعد ، فسرعان ما يذهبن الى الطبيب . مع أنه لا يمكن أن يكون سبب تأخير العادة الحمل بعد مضي كذا سنة على زواجهن ولم يحدث حمل اذ أن عوارض الحمل من قيء ووجع وتضخم الصدر لم تظهر على احدهن . الخ .

وواجب السيدة في هذه الحالة أن لا تكذب أن تأخير العادة سببه الحمل بعد زواج ١٥ سنة كثيرة الوقوع كما أن القيء والوجع وتضخم الصدر ليست شيئا لا بد منه في الحمل ، وعليك بالذهاب للطبيب للتأكد من حالة الحمل .

وعلى كل سيدة اذا قطعتها العادة الشهرية وصاحب ذلك آلام أو بعض النزيف أن تبادر باستشارة الطبيب اذ أنه ليس من المستبعد أن تكون حاملا ويلزمها بعض العلاج .

وهناك أسباب مشتركة بين السيدات والانسات على السواء في تأخير العادة ، اذ قد يكون السبب هيسو المبيض .

فقد يحدث أحيانا عند السيدات وخاصة الفتيات الصغيرات حديثي العهد بالعادة الشهرية أن تنقطع عن موعدها .

وأول ما يجب الالتفات اليه في هذه الاحوال هو المبيض فقد يكون نموه غير كاف أو به تعب أو كسل الخ . وفي صدد الحالات يجب استشارة طبيب اخصائي والعلاج غالبا ما يكون بسيطا لا يتعدى بعض الحبوب أو الحقن سرعان ما تنتظم العادة على أثرها ثانية .

### الصددمات النفسية

وفي كثير من الحالات يكون للصددمات العصبية والنفسية أثرها على الجهاز التناسلي عند بعض النساء

ويترتب عليه انقطاع العادة حتى ان احدى السيدات روت أنه بعد ٦ شهور من فسخ خطوبة ابنتها البالغة من العمر ١٨ عاما أصيبت هذه الاخيرة بانقطاع العادة وهزل جسمها وكانت ترفض تناول الغذاء واصفر لونها تبعا لذلك وان الاطباء احتاروا في تشخيص مرضها الى أن عرضتها على طبيب نفسي فبين أن صدمة فسخ الخطوبة أثرت عليها وجعلتها ترفض تناول الطعام مما أدى الى ضعفها وانقطاع العادة عندها وقد يحدث مثل ذلك لمن تفقد شخصا عزيزا عليها أو تصدم بسقوطها في الامتحان أو فشلها في الحياة الى اخر هذه الصدمات .

وهذه الحالات تعالج جميعها علاجا نفسيا أولا لازالة سبب الصدمة وأثرها

## تجنبى البرد ونزلاته

♦ هل تنتقل عدوى البرد من انسان الى انسان اذا عطس شخص مصاب بالبرد في وجه اخيه ؟

— ان امراض البرد كالزكام والانفلونزا واحتقان اللوز كلها من النوع الذي تنتقل عدواه بسرعة . ولذا يحسن تجنب الاختلاط بالمصابين بهذه الامراض قدر الطاقة .

وعلى كل حال فغالبا الاصابات بامراض البرد ترجع الى الاجهاد والتعب وإلى الاهمال . فايك والخروج — على سبيل المثال — فجأة من مكان جوه دافئ الى الهواء الطلق دفعة واحدة .

♦ هناك من يقول بأن لكل طول معين وزنا معين . فهل اتبع القواعد التي ينادى بها اصحاب هذا القول ؟

— اسمعى ياسيدتى، ليست هناك قواعد ثابتة يمكن للانسان أن يسير على هداها في مثل هذا الامر الذي تسألين عنه . هناك فقط « متوسطات » أخذت لمجموعات من الناس في أعمار معينة واحدة ولهم نفس الاطوال فلو حظ أن لهم أوزانا متقاربة .

وكثيرا ما قادت القواعد التي تكلمت عنها — الكثيرين الى الخطأ، فتوهم المرض أو التخمه . . . وعلى كل حال هناك حقيقة واضحة يجب أن تراعيها وهي أن الوزن الزائد مرض . . .

♦ تتنابى حالات التهاب في الزور بشكل شبه مستمر اثناء فصل الشتاء . هل يستدعى ذلك أن أقوم بعملية استئصال اللوز ؟





## سن الياس

السيء وادخال البهجة الى نفس المريضة .

### الرجيم .. ايضا

والخوف من السمنة وعدم تناول كمية كافية من الغذاء ينتج عنه أحيانا انقطاع العادة الشهرية ولكن ليس معنى ذلك أن تأكل بشراهة فخير الأمور الأوسط فاعطى جسمك حقه في الغذاء ولا تهمل الرجيم منعاً للآثار السيئة التي تنجم عنه .

### وبعض الامراض ايضا

وهناك بعض الامراض التي لها سبب مباشر في انقطاع العادة الشهرية والتهاب الغدة النخامية والسكرالين والانييميا .. والسل . فهذه كلها يترتب عليها في بعض الاحيان انقطاع الميعاد الشهري .

غالبا ما تنقطع العادة الشهرية عند النساء في سن تتراوح ما بين ٤٥ و ٥٠ سنة ويصاحب هذا الانقطاع هبات ساخنة من آن لآخر .

واحتمال الحمل عند السيدات في هذه السن نادر جدا ، وغالبا ما يكون الانقطاع نهائيا لبلوغ سن الياس سواء للمتزوجات وغير المتزوجات وقد تصاب بعض النساء بهذا النوع من الانقطاع في سن مبكرة تصل أحيانا الى أقل من ٣٠ وهذه نادرة الوقوع على العموم ، ليس في هذا النوع من الانقطاع أية خطورة وليس صحيحا ما يشاع من أن المرأة تفقد أنوثتها وتعجز سريعا اذا ما انقطعت العادة انقطاعا نهائيا .

## دموع الطفل تنحول الى ابتسامات!

يبكى الطفل عندما تلتهب وتحنق بشرته الدقيقة الحساسة . اجعل بشرة طفلك ناعمة وهادئة بأن تدلكيها ببودرة جونسون للأطفال عند تغيير ملابسه الداخلية وعند استحمامه ان بودرة جونسون للأطفال تجفف الرطوبة السطحية وتجعل الطفل مننعشا ومستريحاً .

أن الأطفال يحبون بودرة جونسون للأطفال ، لأنها رقيقة وناعمة كالحرير ولذا تقبل الامهات العاقلات على استعمالها بانتظام .

بودرة

جونسون



للأطفال

انتاج جونسون وجونسون - بريطانيا



19-420

## اجابات لطبيب بنت النيل

— ان حالات التهاب الزور مخالفة تماما لحالات احتقان اللوز . ولذا فلا داعي لان تستأصلي لوزك . . . . وننصحك بأن يكون لديك بأجزاء من لوزك زجاجة من حبوب الزور التي يدخل اليود في تركيبها ، أو زجاجة بها سائل صبغة اليود لتناول بعض نقط منها على كوب من الماء كلما لزم الامر .

♦ هل تساعد « مصمصة » العظام . وتكسيروها تحت الاسنان ومضغها على تقوية الاسنان

— بالعكس فان مثل هذه العملية قد تؤدي الى كسر أحد اسنانك أو جرح اللثة مما يستلزم العلاج . . . ولذا فنحن ننصحك بعدم الاستماع الى من يقول لك مثل هذا القول .

♦ هل من المفيد ان أضغ شيئا من الزبد على أي حرق أصاب به أثناء عملية الطبخ ؟

— لا يا سيدتي ، لتلجئي الى الزبد فهو دهن حيواني ، وهو يحتوي على شيء من الاملاح ، وهذه لا تساعد على تهدئة « الحرق » بل تؤدي الى زيادة التهابه ، يستحسن أن تلجئي الى البترول النقي « الجاز » فهو مفيد في حالات الحروق .

♦ هل من الضروري عدم الخروج من المنزل بعد الحمام مباشرة ، هل من اللازم أن انتظر ساعة أو أكثر

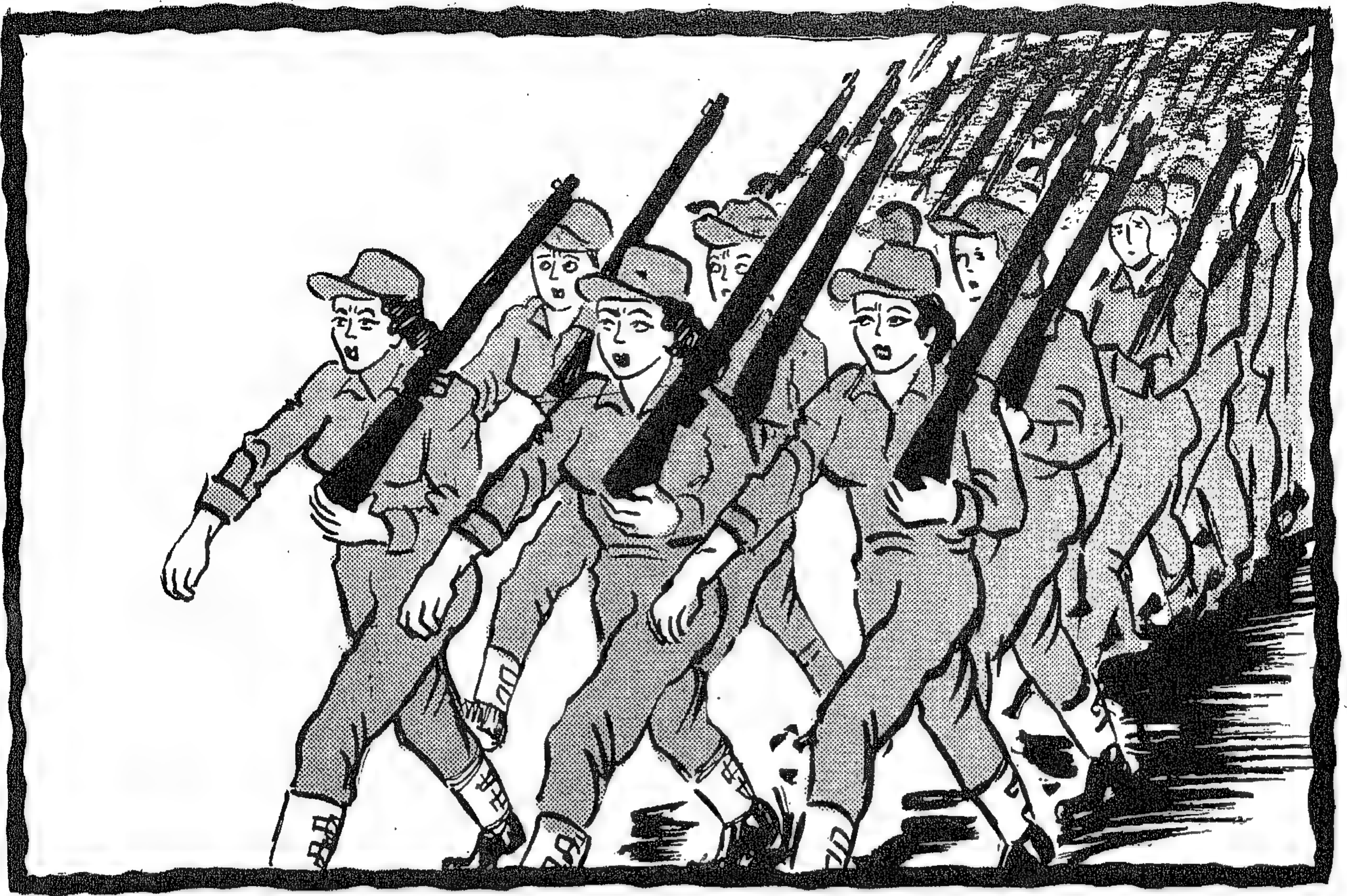
— في امكانك الخروج مباشرة اذا لم يكن الحمام الذي أخذته من النوع الساخن جدا ، وعلى كل حال فنحن ننصحك في حالات الحمامات الساخنة بأن تتناول جرعة من الماء البارد مع المضغطة به كذلك ، وغسل الوجه والرأس ، فمثل هذا كفيل بحمايتك من التعرض للاصابة بالبرد .

## تليفونات بنت النيل

٤٩٦٦٨ و ٤٠٦٨٤

كتالوجات  
الأزياء العالية لشهر ١٩٥٧  
مكتبة احمد مسعود  
٤٩ شارع عبدالقادر مروت خلف كازينو اقرا  
٤٩٧٤٦٦ ص ٣٠ ٢١٦٤





بنات النيل يحملن السلاح

واعدا باتمام العقد الرسمي في طرف شهر على الاكثر .

مضت الشهور وانجبت له زوجته بنتا وأنا صابرة حتى نفذ صبرى وفي ساعة غضب رمى على يمين الطلاق . وقد خطبت أخيرا لشاب من أسرتي لا أحبه ولكن قبلت الزواج منه هربا من هذا الحبيب الغادر الذى ما أن علم بأمر خطبتي حتى اتصل بى وألح على بفسخ الخطوبة وأنه مستعد لعقد زواجه على رسميا مهما كلفه هذا الأمر

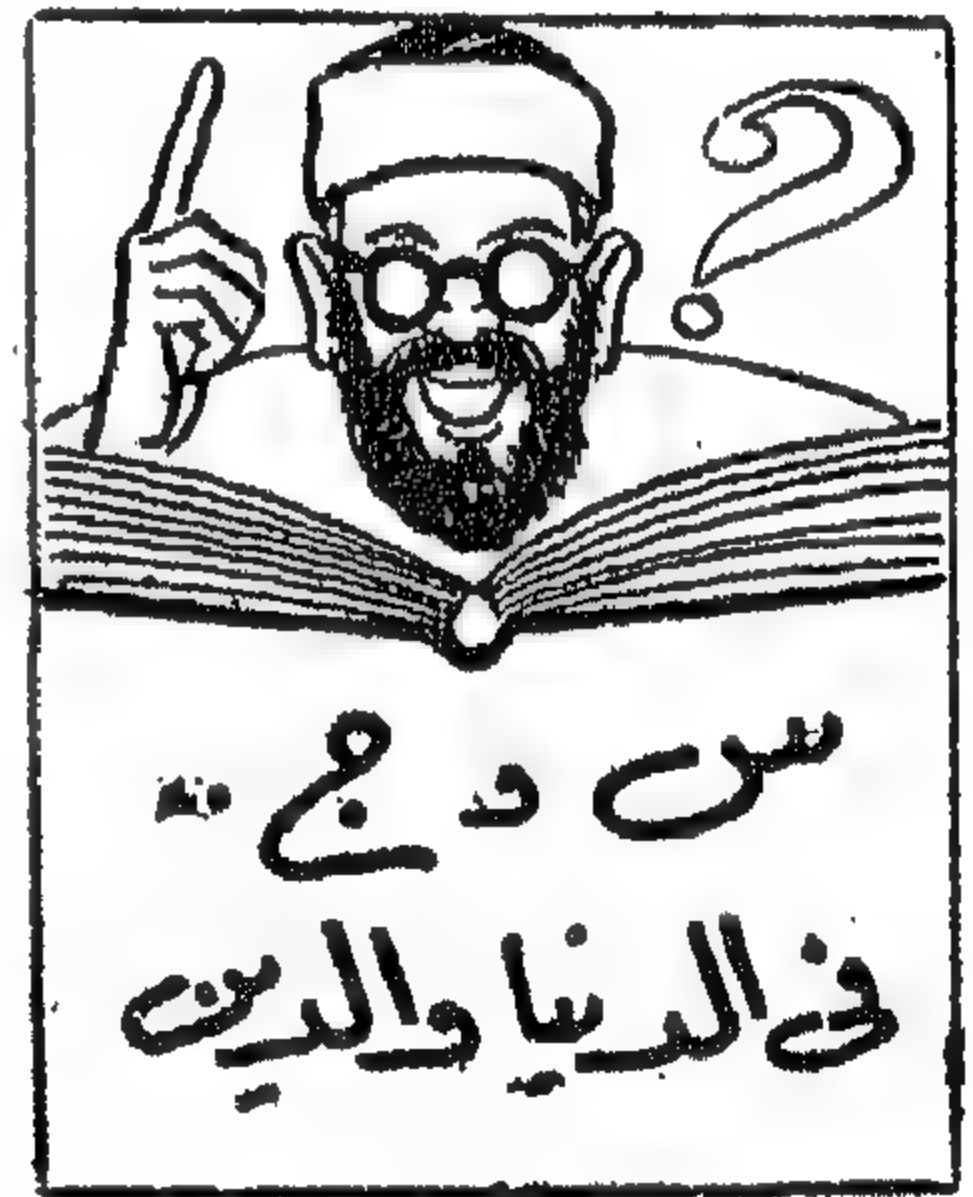
حائرة مسلمة - طنطا

ج : لقد اعفالك الشرع من الخيرة والتردد فيما يجب عليك عمله اذ انه لا يمكنك الزواج من حبيبك لا رسميا ولا عرفيا ما دام قد سبق أن طلقك ثلاث مرات وهي طلاقات معدودة اذ أن الزواج العرفي شرعى والوثيقة الرسمية للاثبات طبقا للقانون الوضعى . صحيح انه يمكنك اخفاء امر الزيجات والطلاقات السابقة التى وقعت بينكما ولكن امام الله زواجكما للمرة الرابعة حرام الا اذا تزوجت من رجل آخر ودخل بك دخولا حقيقيا ثم طلقك وحينئذ يمكنك الزواج منه . نصيحتي أن لا تنقادى لهذا الشخص فكفالك درسا الثلاث مرات السابقة .

س : اننى أرملة فى الخامسة والعشرين من عمرى . قابلته بعد وفاة زوجى بعامين فأحبته واحبنى واراد أن تنشأ علاقة بيننا أساسها الحب فعلا فرفضت واننى أحرص على شرفى كل الحرص فشرح لى ظروفه وهو متزوج وله ولد مازال فى الرضاعة وهو لا يحب زوجته وهى تعذبه ولكنه لا يستطيع أن يطلقها الآن أو يتزوجنى عليها خوفا على ابنه الرضيع وطلب منى الصبر بعض الوقت مع استمرار علاقتنا على هذا الأساس فعرضت عليه اذاء ذلك أن نتزوج زواجا عرفيا لا يعلم به أحد حتى لا نغضب الله فى علاقتنا فقبل فعلا تم العقد بوجود شاهدين من أصدقائه المقربين وكان عقدا شفويا ومضت سنة على ذلك وكلما طلبت منه العقد الرسمي طلب منى مهلة وفى ساعة غضب صممت على طلاقى فعلا طلقنى وبعد شهرين من هذا الطلاق عاودنى الحنين اليه وتزوجنا عرفيا مرة أخرى وإذا بى أفاجا بأن زوجته تنتظر مولودا فطار صوابى وبعد مشاجرة عنيفة طلقنى ثانية وفى نفس اللحظة بكى وتوسل الى للبقاء معه

وبالامس فوجئت بخطاب مسجل مرسل من الطباخ القديم يطالبني فيه أن أصرف له مكافأة بمقدار شهر عن كل سنة خدمة وأن أعوضه عن اخراجه فى هذه الظروف لانه لم يجد عملا للآن وكان يجب على أن أئذره قبل ذلك بشهر على الأقل وفوق كل ذلك يقول ان ماهيته وكان يتقاضى ٨ جنيهات ينقصها علاوة غلاء المعيشة ويطالبني بهذه العلاوة عن كل سنين خدمته وفى نهاية خطابه يهددني اذا لم أجب طلباته فى ظرف شهر سيلجأ للمحكمة للمطالبة بهذه الحقوق . وينصحنى البعض بأن لا أسأل فيه وانه لا يمكنه عمل أى شئ والبعض الآخر ينصحنى بترضيته بمبلغ من المال منعا للمشاكل والمحاكم .

ج : اعمل بالنصيحة الاولى لان قانون عقد العمل الفردى الذى يلزم رب العمل بمكافأة نهاية الخدمة والانداد وقانون علاوة غلاء المعيشة لا يسريان على خدم المنزل ومن فى حكمهم والاسطى عبده افكر انه يقدر يهوش ويصل الى ابتزاز نقودك . وعلى ذلك لا تهتمى بخطابه وتهديداته وحتى لو ظن هو ان له حقا والتجأ الى المحكمة فسوف تبوء محاولته بالفشل



س : عمل عندى الاسطى عبده الطباخ منذ حوالى ١٢ سنة وكان مخلصا أميناً مهذباً فى عمله طيلة حياة المرحوم زوجى ولكن منذ وفاته فى العام الماضى تغيرت أخلاق الطباخ وتصرفاته معى ومع الاولاد وأصبح يحاسبينى على الخضار بأعلى من ثمنه ويأخذ سمسة على اللحمة وهكذا فضلا عن اننى كلما زجرته لسبب أو لآخر أجابنى بلهجة غير مهذبة وكأنه يقول لى بعد وفاة زوجك قد أصبحت ضعيفة ولى أن اتحكم فيك . لم أستطع أن أتحمل هذا الوضع فأخرجته فى الشهر الماضى وأعطيته حسابه وألقت طباخا آخر فى خدمتى وأنا مبسوطة منه جدا فهو مخلص ومهذب ونظيف .



# كل شيء عن الانكيت

## أول خطوة

كثيرا ما يجد الشخص نفسه في حيرة هل يتخذ هو الخطوات الاولى ويذهب للآخر ، هل يبدأ هو بالكلام ، هل يبدأ هو السلام .. هل ... هل ... وقد يمنعنا من اتخاذ هذه الخطوة الخجل أو الكبرياء أو الخوف من الشذوذ عن اللياقة .. الخ . واليك بعض الحالات :



وأحسنهما ، عليك يا سيدتي لما عرف عنك من كرم أخلاق القيام بهذه المهمة لان الرجال يأبون الاعتراف بخطئهم .  
**في الصداقة**

قد يحدث أن يلقي أحد الصديقين كلمة تجرح شعور الآخر فيحملها في نفسه ويفضرب وينسى روابط صداقتها القديمة . وهذا خطأ اذ ليس من السهل إيجاد الصديق المحب الوفي - عليك اذا كنت أنت الصديق المجروح أن تصارح صديقك وتبين له مدى تأثرك من كلمته فربما قالها بدون قصد . وعلى هذا الاخير اذا شعر بزعل صديقه أن يشرح له الموقف ويوضحه ويبين حسن نيته وتمسكه بصداقتها التي هي فوق كل اعتبار فيصفو الجو .



## غضب الصغير

قد يطول هذا الغضب ويتمتع الطفل ويأبى طلب الصفيح . ثقي تماما يا سيدتي أن ابنك يشعر بندم كبير وبأنه من أنفس المخلوقات في هذا الوقت فاتخذى أنت الخطوة الاولى بأن تشعره بحنانك وسيشعر هو بخطئه ويطلب منك العفو .

## الانصراف

اذا كنت مع زوجك في زيارة فعليك أنت أن تبدئي باستئذان المضيقة بالانصراف واذا كانت الام مع ابنتها كان هذا الواجب على الام وان كان الاب مع ابنته هذه « الشابة » فعلى ابنته اتخاذ هذه الخطوة والاخ مع أخته على الأخت هذه المهمة . أي أن اعطاء إشارة الانصراف تكون دائما على الشخص الأكثر احتراما .

## احبك

جرت العادة منذ قديم الزمن على أن يبدأ الرجل بالتعبير عن حبه لفتاته التي لا تبوح له بشعورها نحوه قبل ذلك وهذه هي القاعدة حتى الآن .

ولكن هناك حالات استثنائية يجب على الفتاة اذا شعرت أن الشاب يحبها ولكن خجله أو كبرياه أو فقره يمنعه من مفاتها يجب عليها أن تشجعه لينقلب على هذه الموانع ويبوح لها بشعوره .

## الخطوبة

اذا فرضنا أن شابا وشابة اتفقا على الزواج فعلى أي العائلتين واجب طرح الموضوع ؟

على عائلة الشاب أن تتخذ الخطوة الاولى وتتقدم لعائلة الفتاة طالبة يدها ، وقد كان هذا الامر يتطلب في الماضي عدة زيارات من أم العريس ثم أهله ثم أبيه وبعد ذلك تفتح السيرة ، أما الآن فلا مانع من اختصار الطريق والتكلم في الموضوع من أول زيارة .

أما أول دعوة للاكل فتكون من جانب عائلة العروس لعائلة العريس

## زعل بين زوجين

لا بد أن تعود المياه لمجاريها ولكن من الذي سيرضخ ويقول كلمة الصلح للآخر ؟ من الذي سيعترف بخطئه .. لا شك أن الذي سيتخذ هذه الخطوة الاولى هو أبيه الزوجين

## أخبار سيئة

اذا علمت لا قدر الله بأخبار سيئة متعلقة بشخص لا علم له بها بعد فيجب عليك القيام بهذه المهمة اذا كنت ترين أنه يمكنك تخفيف صدمته والا فعليك أن تكلفي من ترين فيه هذه القدرة . وفي جميع الاحوال يجب ألا تهرب منها اذا طلب منك ذلك



## من يكتب أولا

القاعدة أن يبدأ الصغير بالكتابة للكبير ولكن اذا كان الأصغر سنا يعوقه عمله وشغوليته عن الكتابة فلا بأس من أن يبدأ الكبير بالكتابة ولا داعي « للحنينة » . ولكن في الامياد لا بد أن يبدأ الصغير بالتهنئة .

متى ترددين على التليفون بوجود شخص ثالث ؟

تتكلمين مع زائر عندك واذا بالتليفون يدق - طبعاً ستستأذنين منه وترفعي السماعة .

فهل تقولين للمتكلّم بالتليفون انك ستطليبه بعد قليل أم أن ترددين عليه أمام الزائر ؟

اتباع الطريقة الثانية هو الافضل الا اذا كان هناك ظروف خاصة استثنائية تضطرك لعدم التحدث أمام زائر ، فلا بأس حينئذ من ارجاء محادثتك و « الضرورة لها احكام » .



والرد على التليفون والتحدث مع المتكلم أمام الزائر بعد استئذانه واجب حتى لا يشعر هذا الزائر أن وجوده غير مرغوب فيه وأنه يسبب لك اضطرابا وحرجا أو أنك لا تثقين به وتنتظرين اليه كأنه

سينقل حديثك التليفوني الذي سمعه .

ومن اللياقة في هذه الاحوال أن نشرح للمتحدث بالتليفون ظروفنا حتى لا يطول في حديثه ويختصره ليمكننا من العودة لزائرنا واذا كان لم يمه ما في جمبته من كلام فما عليه الا أن يطلبك ثانية بعد مدة تكون كافية لانصراف الزائر .

تضطربنا الظروف أحيانا أن نهرب من بعض متحدثي التليفون الثقلاء بأن يرد عليهم « الست مش موجودة » فإياك واستعمال هذه الخطة أمام زائر مهما كلفك الامر حتى لا يفكر أنك أحيانا تتهربين بهذه الطريقة من محادثة معارفك .

## ما يجب مراعاته أمام الصغار

كثيرون منا ينسون وجود اولاد صغار بيننا ويتكلمون في كل المواضيع أيا كانت وهذا خطأ كبير اذ أن بعض الاحاديث والحركات التي نراها طبيعية نحن الكبار تترك



أثرا سيئا في نفسية الاطفال فقد تلقى نكتة أو تغضب وتثور وتتوعد ثم تنسى كل ذلك بعد برهة ولكن ما رآه الصغير يظل عالقا في ذهنه خاصة وان كانت خارجة عما ألفه في حياته اليومية وتولد أحيانا عنده عقدة نفسية تؤثر عليه في كل مراحل حياته .

فلا تعتمدى على أنهم لا يفهمون ما تقولين أو أنهم يلهون بالمعابهم وثقي أن أي همس في حديثك سيثير انتباههم وحب الاستطلاع يدفعهم لمراقبتك وارهاف آذانهم دون أن تشعرى . ولا تقسولى للطفل أخرج من هنا لاننا سنتحدث فيما لا يصح أن تسمعه ولكن ابعديه عن مجلس الكبار بطريقة طبيعية وليسبب لا يثير فضوله وأخيرا لا تنسى أن طفلك قد ينقل حرفيا ما تقولينه للناس .



# عرسة « بنت النيل »

## احتفال الكتكوت بالفائزين

نظمت مجلة الكتكوت مسابقة بين الاطفال موضوعها « مصر الخالدة » مساهمة في رفع مستواهم الفكرى والفنى وشغل أوقات فراغهم ببعض الهوايات الجميلة . واستوعبت لجنة التحكيم عدة جلسات فى فحص الرسومات التى تقدم بها عدد كبير من الاطفال فاز منهم خمسة عشر طفلا بجوائز وهدايا .

وأقيمت فى الساعة السادسة من بعد ظهر يوم الثلاثاء ٧ أغسطس الماضى حفلة توزيع الجوائز والهدايا على الفائزين والفائزات من الاطفال بحضور أولياء أمورهم وبعض رجال التربية الفنية بوزارة التربية والتعليم من أعضاء لجنة التحكيم .

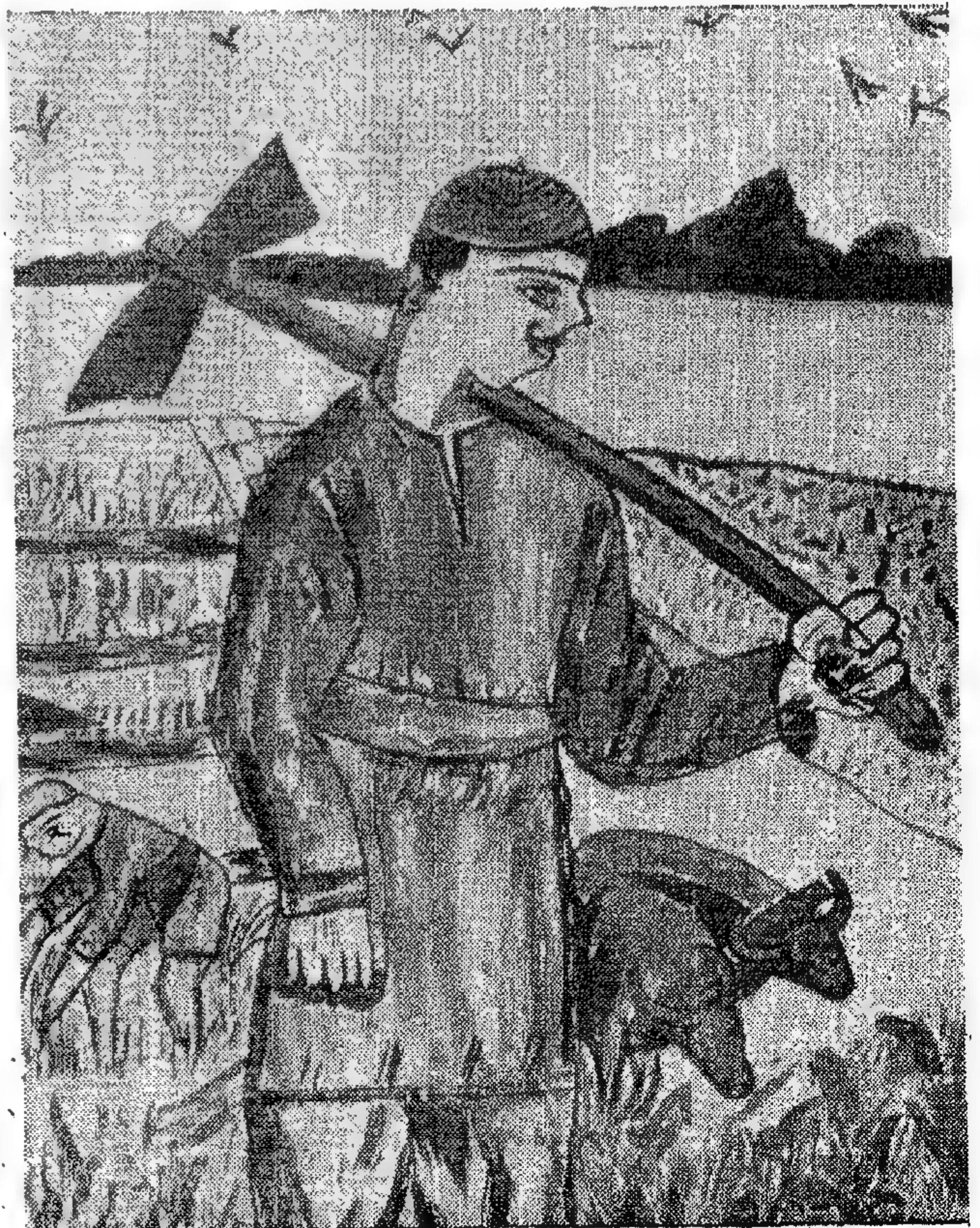
وكان فى استقبال المدعوين من الاطفال وأولياء أمورهم بعض موظفى ادارة المجلة . وحينما اكتمل الضيوف قدمت اليهم التورتة والحلوى وشراب « الكوكاكولا » ، ثم بدأت ادارة المجلة فى تسليم الفائزين جوائزهم بين تصفيق الحاضرين وبهجتهم بهذه الحفلة التى جمعت بين أصدقاء الكتكوت وآبائهم وأمهاتهم وأخواتهم وبين ادارة الدار حيث



● فئتان فائزتان تهنئان بعضهما

● الفلاح المصرى .. الرسم الفائز بالجائزة الاولى

● اطفال يصفقون لزملائهم الفائزين





# مع ميلنا الجديد فئة سابقة الرسم



أمضى الجميع وقتاً جميلاً في صالة الدار سجل أثناءها مصور  
الدار كثيراً من الصور التذكارية وقد ربحت الجائزة الأولى  
وهي كأس الكتكوت وآلة تصوير فوتوغرافية الأنسة  
مهران عبد الفتاح موافى والجائزة الثانية وهى علبة ألوان  
مائية كبيرة للأنسة زينب عطية نصير والجائزة الثالثة وهى  
قلم حبر فاخر للمطالب نبيل عبد السلام حسن .  
كما منح الفائزون الاثنا عشر جوائز أخرى عبارة عن علبة  
ألوان « باستيل » .

وانصرف بعدها الاطفال بين الفرح بهذا الفوز وثناء  
أولياء أمورهم على هذه الفرصة التى أتاحتها ادارة المجلة  
لاظهار مواهب أطفالهم وشغل أوقات فراغهم فى فصل  
الاجازة الدراسية .

ونرجو للاطفال الذين لم يسعدهم التوفيق بالفوز فى  
هذه المسابقة الكبرى أن يحاولوا الاجادة والتحسين فى  
رسوماتهم حتى يتمكنوا بمقدرتهم ونشاطهم من شغل أوقات  
فراغهم بما يعود عليهم بالفائدة المرجوة للفوز المحقق فى  
مسابقات الكتكوت المقبلة ، باذن الله .

١٠ ثلاثة أطفال فائزون سعداء بفوزهم

١١ بعض الاطفال اثناء تناول الحلوى والمرطبات

١٢ بعض الاطفال عند انصرافهم فرحين مع اولياء أمورهم





## انواعها المختلفة

## مرايات الشارع

تستهوين المرايات الموضوعه في الفترينات فهي تبين لنا صورتنا في عز النهار وتكشف لنا أناقتنا وزينتنا . لا بد ان نلقى نظرة على انفسنا كلما مررنا امام احداها انما بتحفظ وبسرعة فالوقوف واطالة النظر في مثل هذه المرايات غير مقبول واذا كشفت لك هذه النظرة عن لخبطة في شعرك او في زينتك او ثيابك فادخلي احد المحلات واصلحي من امرك في المكان المناسب

## حايراه الناس

هناك المرايات التي تعكس لنا شخصيتنا وغالبا ماتكون هذه المرايات هي راي الاخرين فينا بنية صافية واخلاص صادق

ولكن احيانا تنحرف هذه المرأة نتيجة اعجاب وتحمس ومن هنا يجب ان ننزل الى اعماق انفسنا ونتصورها على حقيقتها

## العيون

هي ايضا مرآة تنعكس عليها كل احساساتنا وشعورنا ولذلك من كان ضميره غير مستريح او لا يحب لك الخير يتهرب دائما منك

وبالعكس الصغير اذا ما كلمك نظر اليك بجرأة لصفاء نفسه ولكنه لا يغير هذه العادة في الكبر

## انا ... المجهول

على العموم مهما نفعل لا يمكننا ان نرى بانفسنا وجهنا مباشرة فسواء انعكس على المرأة او في عيون الاخرين فاننا في الواقع لا نرى الا صورة لا يمكننا لمسها

ولكى يمكننا الوقوف على جمال تسريحتنا لابد من الالتجاء للمرأة ذات الثلاثة وجوه وحتى يمكننا رؤية جسمنا وثوبنا من فوق ومن تحت لابد من المراآتـين المتقابلتين وهناك دوايب كثيرة فيها هذا النوع من المرايات ، ولو ان اغلب الموبيليات الحديثة اختفى منها هذا النوع ليحل محله مرآة كبيرة واحدة والمرآة المنفصلة للمرأة هي المرآة الصغيرة المساعدة لمراية بالحمام للماكياج

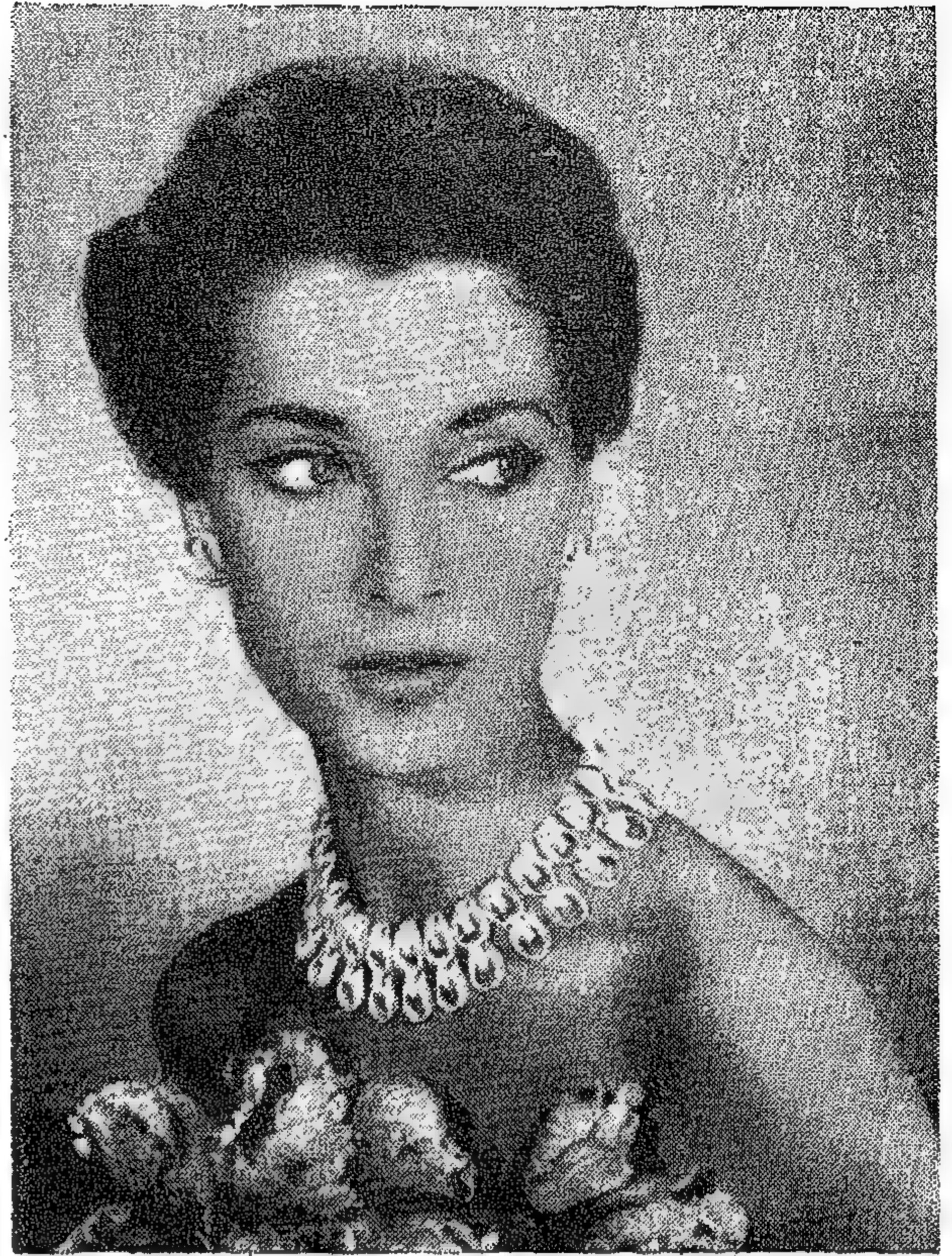
## مرآة الشنطة الصغيرة

من منا لا يعرف هذه المرأة ومتى وكيف تستعمل؟ في الاماكن العامة استعمالها اقل ما يمكن اذ ليس من المناظر الجميلة منظر السيدة او الانسة التي تخرج مرآة شنطتها بعد الاكل لتفحص ما طرا على وجهها وشفتيها من تغيير ثم تسارع الى البودرة والمشط والروج وكان غرفة الطعام او الصالون تسريحة لها

لك ان تلقى نظرة من آن لآخر على وجهك ولكن بتحفظ وان استوجب الامر اعادة التوايت فلا تفعل ذلك امام الناس

## حذار من العفريت

انت جميلة ولكن ليس معنى ذلك ان تنظري لنفسك في كل مرآة تقابلك وتعملى حركات . تذكرى ما يقوله دائما الامهات لصغيراتهن حتى لا ينشئن مغرورات « اذا نظرت كثيرا في المرآة يطلع لك عفريت »



# امام المرأة

وشبابا على الوجه واما تسارعين بالدفاع عن جمالك ان كانت هناك فرصة ووقت لمعالجة وجهك واتباع ارشادات الاختصاصيين ونصائحهم في استعمال مستحضرات التجميل . وفي هذه الحالة عليك ان تسأللى مرآيتك بانتظام « هل نجحت في اعادة الشباب لنفسى وتخفيف عيوبى » وهى ترد عليك بصراحة

## المرآة والمكياج :

من الخطأ الا تستعينى بمرآيتك لوضع « مكياجك » البودرة والروج وخلافه ويلزمك لهذا مرآة ملساء صافية وضوء اضاءة كاملة سواء بواسطة النور الطبيعى او الصناعى

اعز امنية عند المرأة هي ان ترى نفسها دائما شابة وجميلة ولكن المرأة لا تكذب ما تعكس

تعكس المرأة الجمال والنضارة والشباب ولكنها تعكس ايضا العيوب التي تظهر في كل سن : عدم تناسق التقاطيع والتهابات البشرة والتجاعيد التي تخشاها كل سيدة مما يدفعنا للابتعاد عنها ولكن على راي المثل « اعرفى نفسك »

اذا اعترفت انك لست جميلة وعجوزة امكك اتخاذ احدى طريقتين . اما الخضوع للامر الواقع مبتسمة غير مكتئبة والابتسامة تضى جمالا



# هجين بين التجاعيد

هل تعلمين ياسيديتى ان معظم حالات التجاعيد التى تظهر على الجبهة هى نتيجة لحالة نفسية أكثر من كونها نتيجة لتقدم السن؟ والدليل على ذلك اننا نلاحظ على جباه بعض الشابات هذه التجاعيد التى تظهر بطريقة غير ارادية والتى تصحب الجبين أثناء النوم أحيانا . والاغرب من ذلك أننا نرى سيدات قد تجاوزن الحلقة السادسة من أعمارهن وهن مع ذلك لا يشكون ظهور التجاعيد على هذا الجزء من الوجه . انهن يتحددين السنين . يتحدينها بهدوء طباعهن وبنظرتهم الى الحياة تلك النظرة المتفائلة التى لا يعكر صفوها أى مفكر . وان هذا النوع من التجاعيد لا يمكن التخلص

منه أو التخفيف من حدته الا أن قررت صاحبتـه مراقبة حالتها النفسية والسيطرة عليها سيطرة تامة .

ابعدى عن مخيلتك الافكار المحزنة . حاول أن تكونى متفائلة . انظري الى وجهك فى المرآة لتراقبى تعبيراتك .

وأخيرا ، قبل أن تذهبي الى فراشك، أزيلى عن وجهك ماكياج النهار وضعى على جبينك كمادة ماء ورد دافئة أو لبن أو تيليو .

ان جبينك سيعود أثر هذا العلاج البسيط ، الى سابق عهده من النضارة مثلك فى ذلك مثل النجمة السينمائية جريس كينلى أميرة موناكو حاليا .



# حديقة



لا ...  
إنها غسلت فى  
لوكس

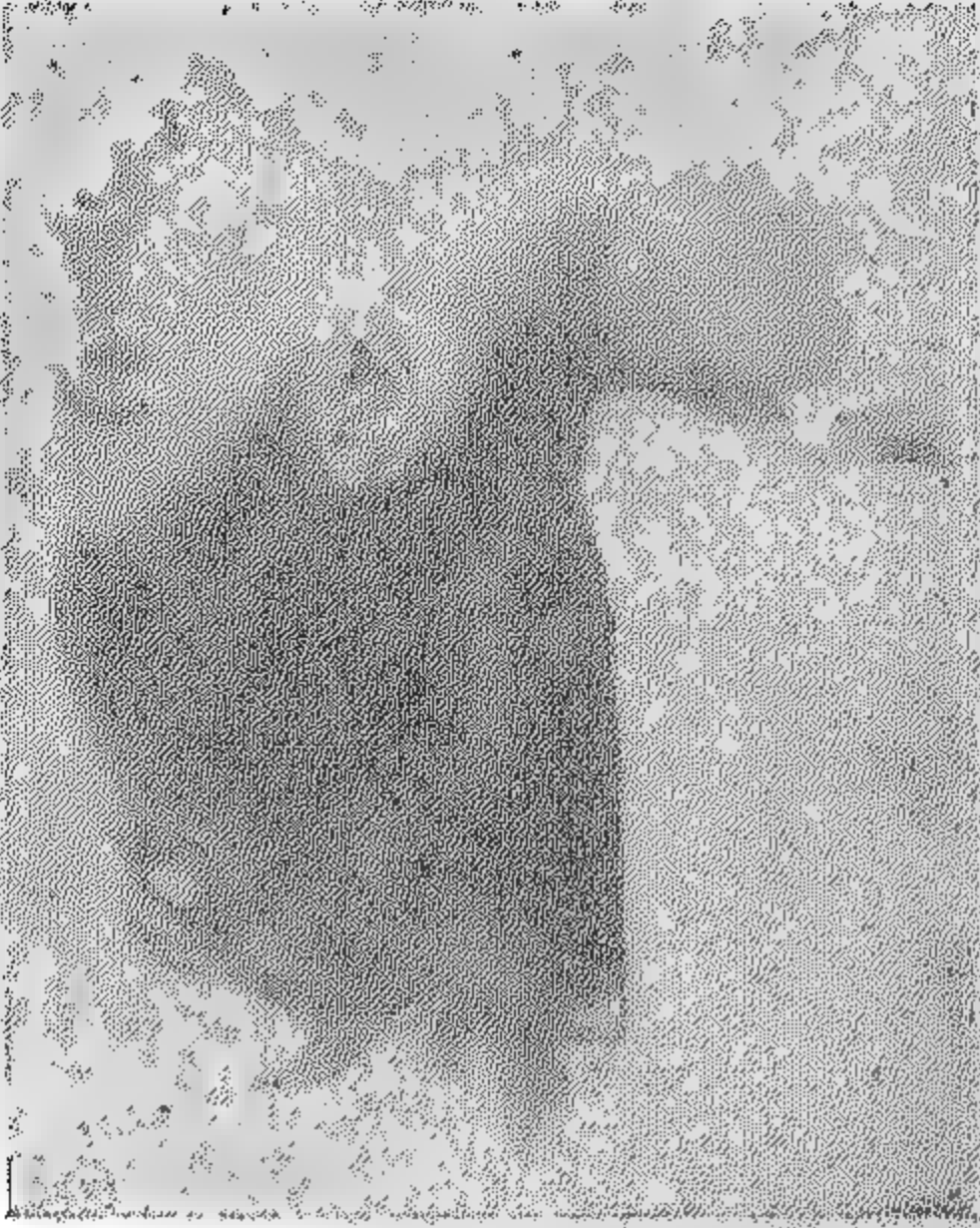
إذا غسلت فساتينك الصيفية  
فى رغوة لوكس الناعمة فإنها تحتفظ  
برونقها الجديد لمدة طويلة ..  
لوكس يعطى رغوة وفيرة فى الماء  
البارد بمنتهى السرعة !

**LUX**

إذا كنت تأسفين على ملابسك فى الماد الباك كذلك فى فحوة لوكس



# ٥ دقائق كل يوم .. لتجلى قامة مستقيمة



حافظي على اعتدال قامتك دائما • اجلسي وامشي وانت مرفوعة الرأس مشدودة الظهر • جمال عنقك يتوقف على اعتدال رأسك واعتداله يتوقف على استقامة العمود الفقري •

« شدي ظهرك •• اجلسي دغري ••• »

كم تضايقنا هذه الكلمات في سن ١٥ • في هذه السن لا نتصور انه سيأتي اليوم الذي يصبح فيه عنقنا مجعدا ذابلا يكبرنا ويعجزنا في نظر الناس قبل الاوان •

نعم حافظي على اعتدال قامتك اذ أن العنق كالصدر لن يحتفظ بجماله وقوته وشبابه الا بقدر ما يسنده العمود الفقري •

اذا كنت لا تزالين صغيرة السن فان الحظ في جانبك ويمكنك بممارسة هذه الحركات والتمارين الوصول لاجمل عنق •

قومي بهذه الحركات والتمارين أيضا اذا فاتك سن الصبا واذا كان عنقك يفضح عمرك واعلمي أنك لن تخفي هذا الامر بلبس العقد كما كانت تفعل جداتنا في سنة ١٩٠٠ بل ستتغلبين عليه بشجاعتك وخمس دقائق كل يوم : يمكنك من تصليح عنقك ببعض من الصبر فجربي معنا •



♦ تمددي على ظهرك وارسلي رأسك في الفضاء • وانهضي ببطء

♦ وانت تقومين بالتمارين الرابع احرصي على أن ترفعي رأسك وتنفسيك بمنتهى البطء حتى تتمكني من رؤية قدميك ثم ارفعي رأسك ببطء وبراحة تامة • كرري هذا التمرين ٥ مرات •

♦ كي تحافظي على جمال عنقك نامي بدون مخدة وفي هذا تعويض لعادة ميلنا برأسنا الى الامام



♦ لتقوي عضلات العنق انسي طرف أنفك بلسانك •  
♦ لتحافظي على جلدك جامدا « مشدودا » على ذقنك قومي بحركات قوية من الشمال الى اليمين والعكس وكانك تمضفين قطعة لسان •  
♦ امام مرآتك افترضي أنك تقضمين تفاحة كبيرة ثم باكبر مقاومة ممكنة اقلبي فمك ببطء وبما ان هذا التمرين غير جميل فننصحك أن تقومي به وحده •

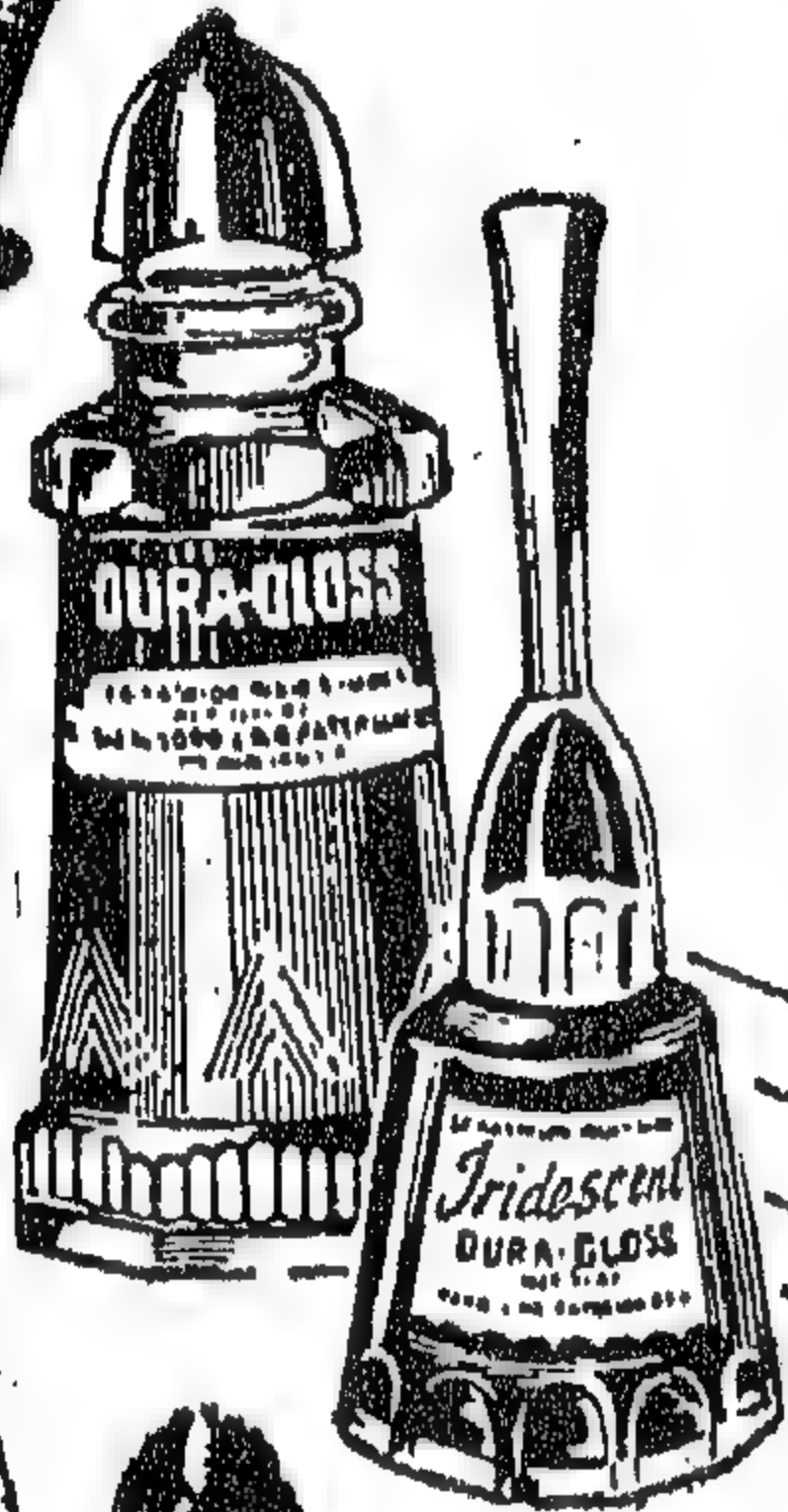


# فتنة المرأة في الشفافة اللامعة

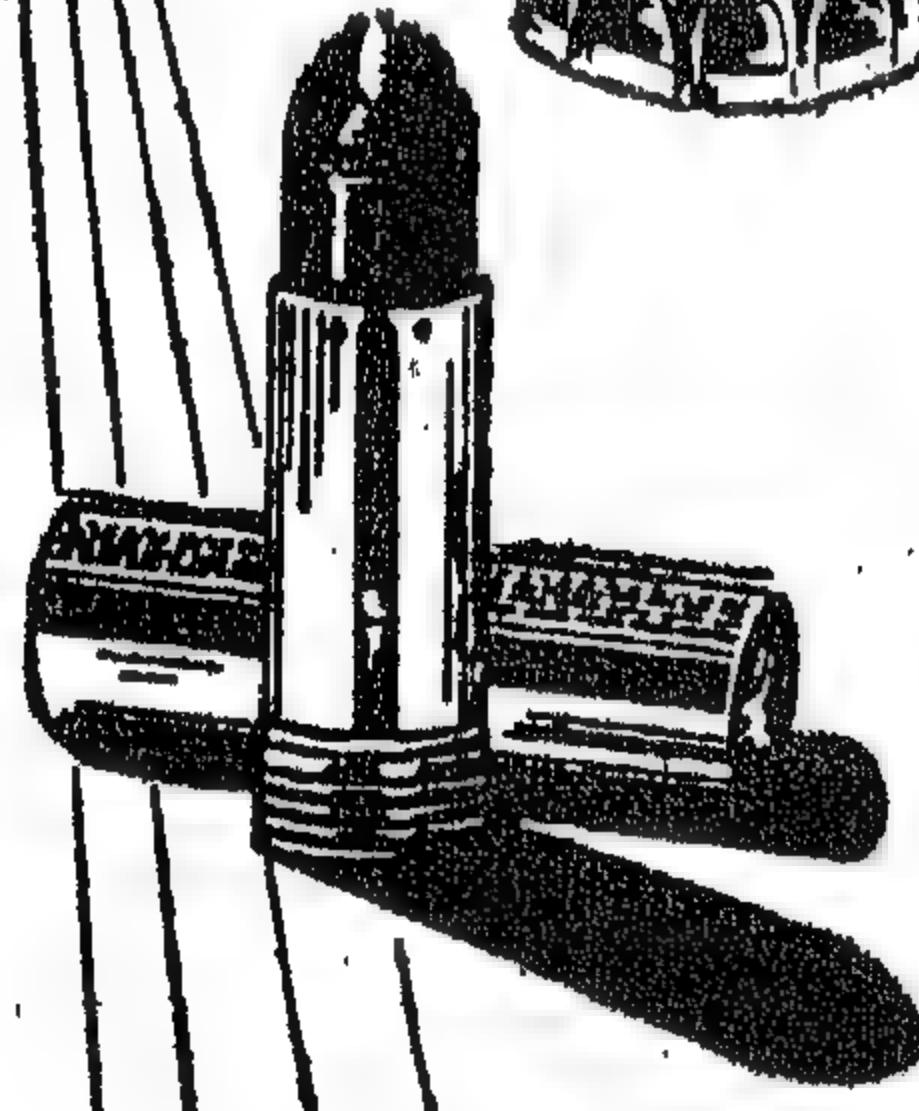
والجمال الكامل  
في زينة الأناجيل



وفاتشات العالم  
يستعملن



محلول



يؤكد الفستنة والجمال

طلاء الأظافر ١٨ لونا

وأعطر الشفاف المطر  
١٤ توننا

يباع في جميع المحلات الكبرى بأنحاء الجمهورية

اي اثر وهذه العملية  
ستستغرق ساعة . ولا  
داعى للبقاء في العيادة او  
المستشفى وتفك الغرز بعد  
ثمانية ايام وسواء اكان عنقك  
نحيفا ام سمينا لا تنسى انه  
يبدأ من الذقن كذلك يجب  
عليك كل يوم ان تقومى  
بتمرينات للذقن بان تجرى  
عليه بظهر يدك بقوة . وهذا  
التمرين يضى جمالا ايضا  
على استدارة وجهك

— يجب ان تعملى «مكياج»  
لعنقك مثل وجهك ولذلك  
يجب عليك ان تنسقى وضع  
المكياج الى الاكتاف وحتى  
تكون هذه المنطقة بلون واحد  
منسجم . ومع ملاحظة وضع  
كريم تحت البودرة في كل  
هذه المنطقة وخاصة ان  
كنت ستلبسين ديكولتيه  
واسع . ولا تنسى العنق من  
الخلف فالاغتناء به واجب  
ايضا

والمكياج هنا يكون من  
فوق لتحت ومساج خلف  
العنق يعتبر ايضا علاجاً  
للصداع

— ان كان عنقك قصيرا :  
تجنبى العقود الكبيرة الضيقة  
ولا تلبسى اكماما فضفاضة  
عالية او ياقات من القرو .  
الشعر الطويل لا يليق لك  
ولا الديكولتيه المستدير  
القريب من عنقك واكثرى من  
الديكولتيه الواسع

اذا كان عنقك طويلا يمكنك  
لبس العقد الكبير والاكمام  
العالية الفضفاضة وتطويل  
شعرك وكل انواع الديكولتيه  
تليق بك

بعد ان تقومى بهذه  
التمرينات البسيطة نظفى  
جلد عنقك واعلمى ان عنقك  
يحتاج لغذاء مثل وجهك

— اذا كان عنقك رقيقا  
جدا : استعملى كريما مغذيا  
وافرديها بسهولة على جلدك  
والطريقة هى ان تأخذى  
قطعة كبيرة من الكريم في يدك  
ثم تفركى يديك معا واعلمى  
بهما تدليكاً بسيطاً لعنقك  
مع ملاحظة بسط يديك  
وجعل اتجاههما من الذقن  
الى الصدر ويجب ان  
تستمرى في هذا المساج مدة  
طويلة حتى يحمر جلد عنقك  
ويصبح ساخنا

— اذا كان عنقك سمينا:  
استعملى كريما لتخسيسه  
واعلمى مساج لعنقك بان  
تشدى جلدك رأسيا ويكون  
ذلك باخذ قطعة من الكريم  
بين الابهام والبصير وتضغطينها  
بشدة في خط راسى

اذا كان عنقك يبدو ذابلا :  
اعلمى مساجا بكريم ضد  
التجاعيد بيديك الاثنتين  
مبسوطتين ثم بقطعة قطن  
اعلمى ( سنسقة )  
بالاسترجان او اى محلول  
خاص لشد الجلد ويمكنك  
عمله بنفسك بالطريقة الآتية:

٢٥٠ جرام من ماء الورد  
على ١٠٠ جرام من الشبه

— اذا كان عنقك قبيحا :  
لا تنسى ان جراحة التجميل  
في تقدم ويمكنك عمل عملية  
لتجميله وما به من حفر او  
اورام يمكن ازالها ببنسج  
موضعى . والعملية لا تترك



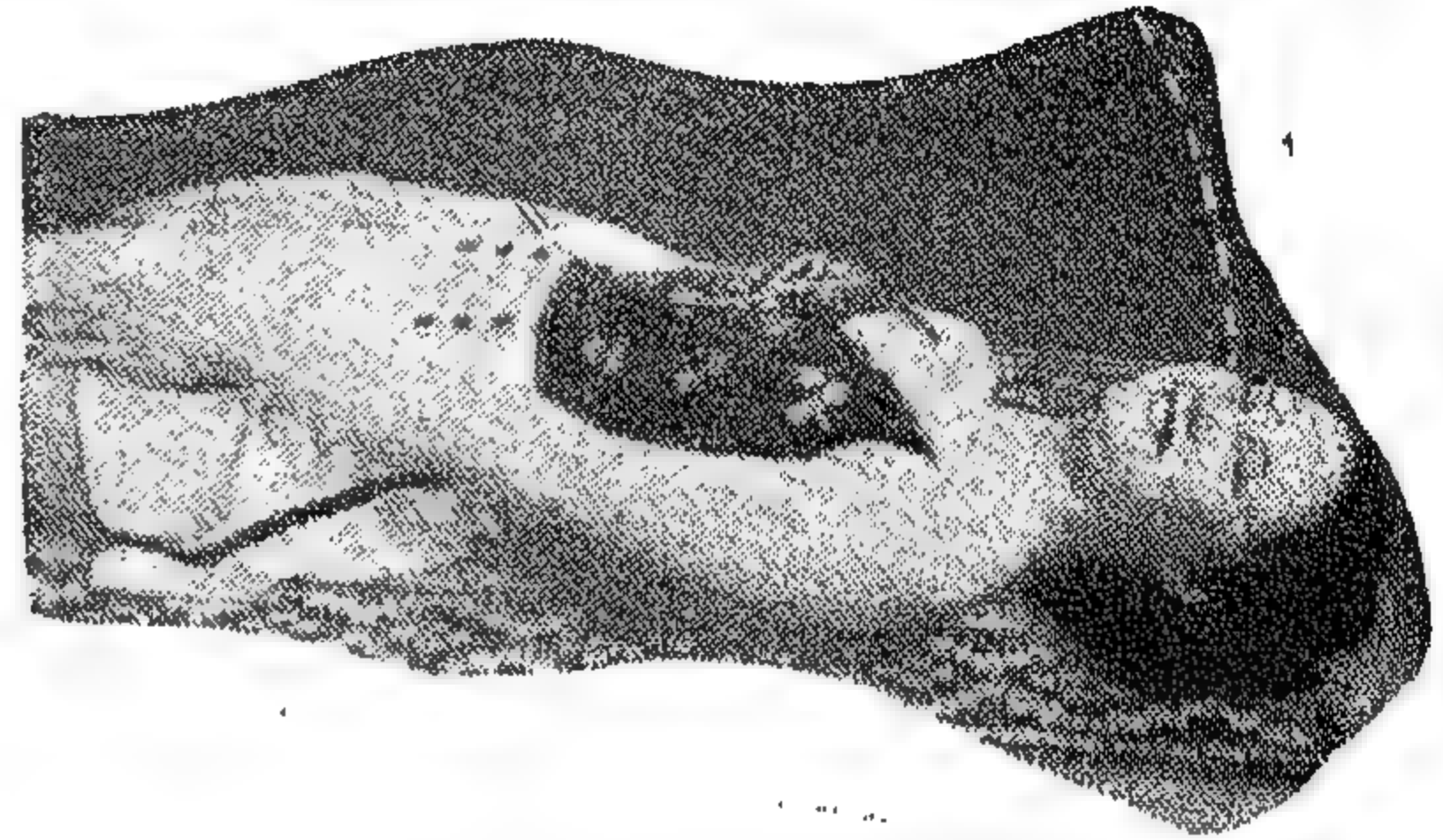
# كوني رشيقة بأداء هذه التمرينات

جمال المرأة في رشاقتها - فالخطوات الثقيلة تفقدها  
جمالها مهما بلغ مقدارها والرشاقة لا تكون الا في الجسم المرن  
واليك بعض التمرينات التي تكسب جسمك مرونة ورشاقة



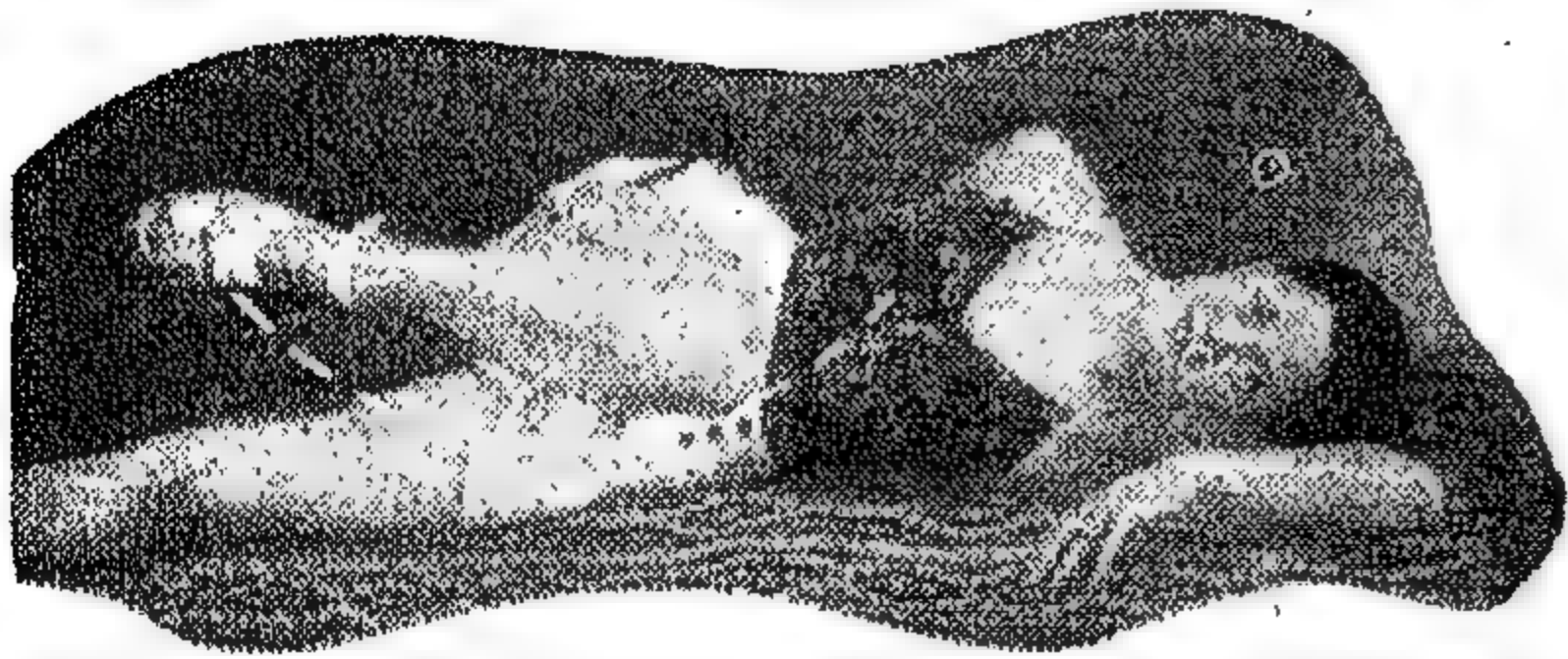
## التمرين الثاني

اجلسي على الارض وركزي قفاك على ذراعيك ، ارفعي  
ركبتك حتى صدرك - عودي لوضعك الاول - كرري هذه  
الحركة من الناحية الاخرى حاولي أن تلمسي كتفك بركبتك ،  
افردى جيدا الساق الممدودة على الارض واتركي الساق  
الاخرى براحة تامة .



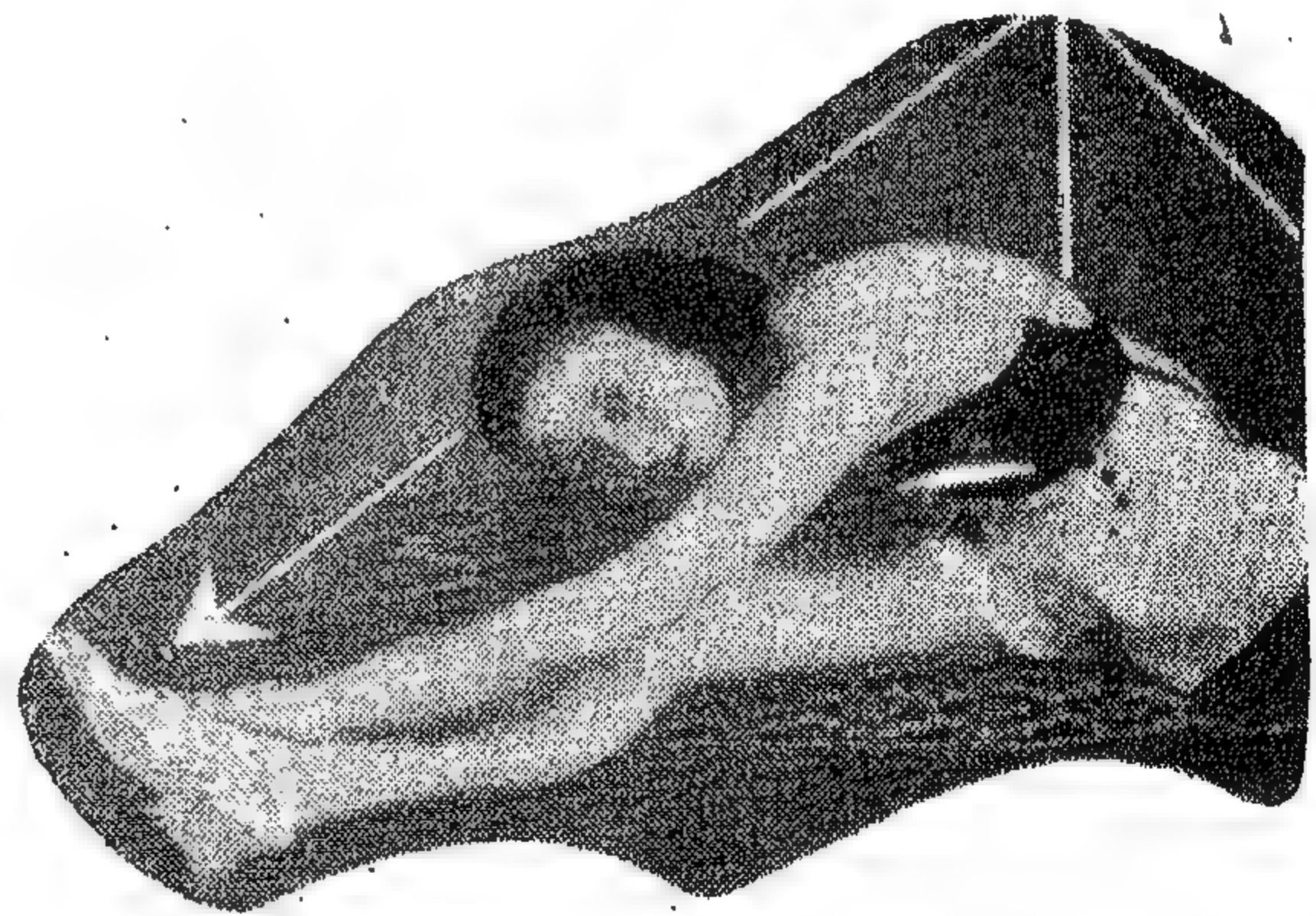
## التمرين الاول

استلقي على ظهرك وافردى ذراعيك على جانبي جسمك ،  
انهضي بجذعك مع مد ذراعيك الى الامام .  
حاولي عندما تنهضي بجذعك بأن لا تتكثي بيديك على  
فخذيك ، انهضي ببطء مع الاحتفاظ باعتدال جذعك .



## التمرين الرابع

استلقي على جنبك وافردى جسمك ، ارفعي ركبتك على  
صدرك - عودي لوضعك الاول ، استلقي على جنبك الاخر  
وكزري الحركة ، حاولي أن تلمسي ركبتك مع شد الساق  
الاخرى .



## التمرين الثالث

افتحي ساقيك أقصى ما يمكنك ، ميلي الى الامام مع ثني  
جذعك حتى تلمسي قدمك اليمنى بيدك اليسرى ، عودي  
لوضعك الاول ، ثم كرري الحركة في الجهة الاخرى .  
حاولي أن تلمسي ركبتك برأسك ثم اعتدلي جيدا مع  
شد ذراعيك دون ثني ساقك .



الشركة المصرية للمواسير والاعمار  
والمنتجات من الاسمنت المسلح

**سجرات**

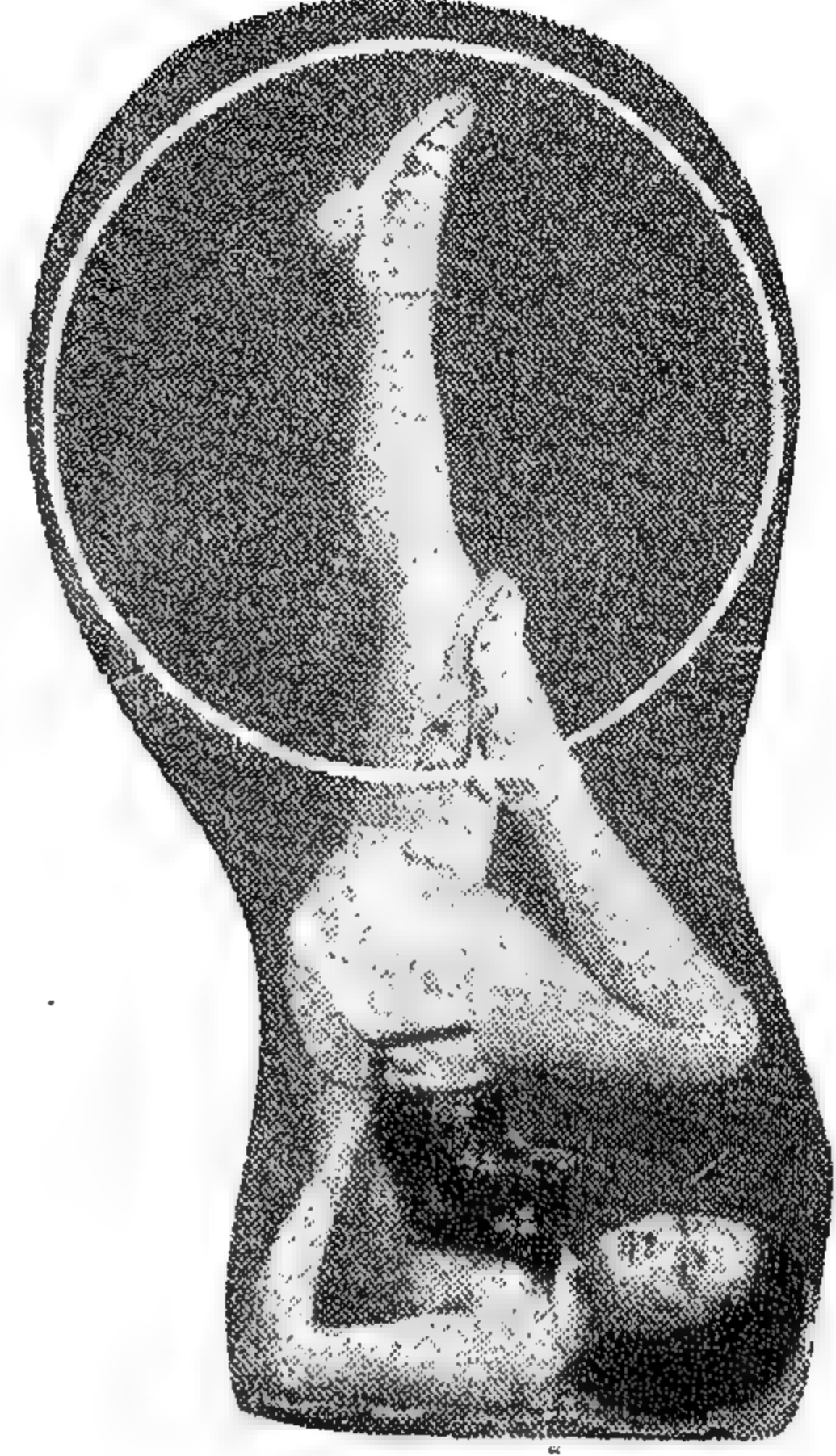
١٥ شارع شريف باشا بالقاهرة ت ٥١٦٣٠  
٥٥٨٦٧



تركيب مواسير توصيل ماء الشرب  
في القرى لتحسين مستوى حياة الفلاح  
وتقدمه الاجتماعي

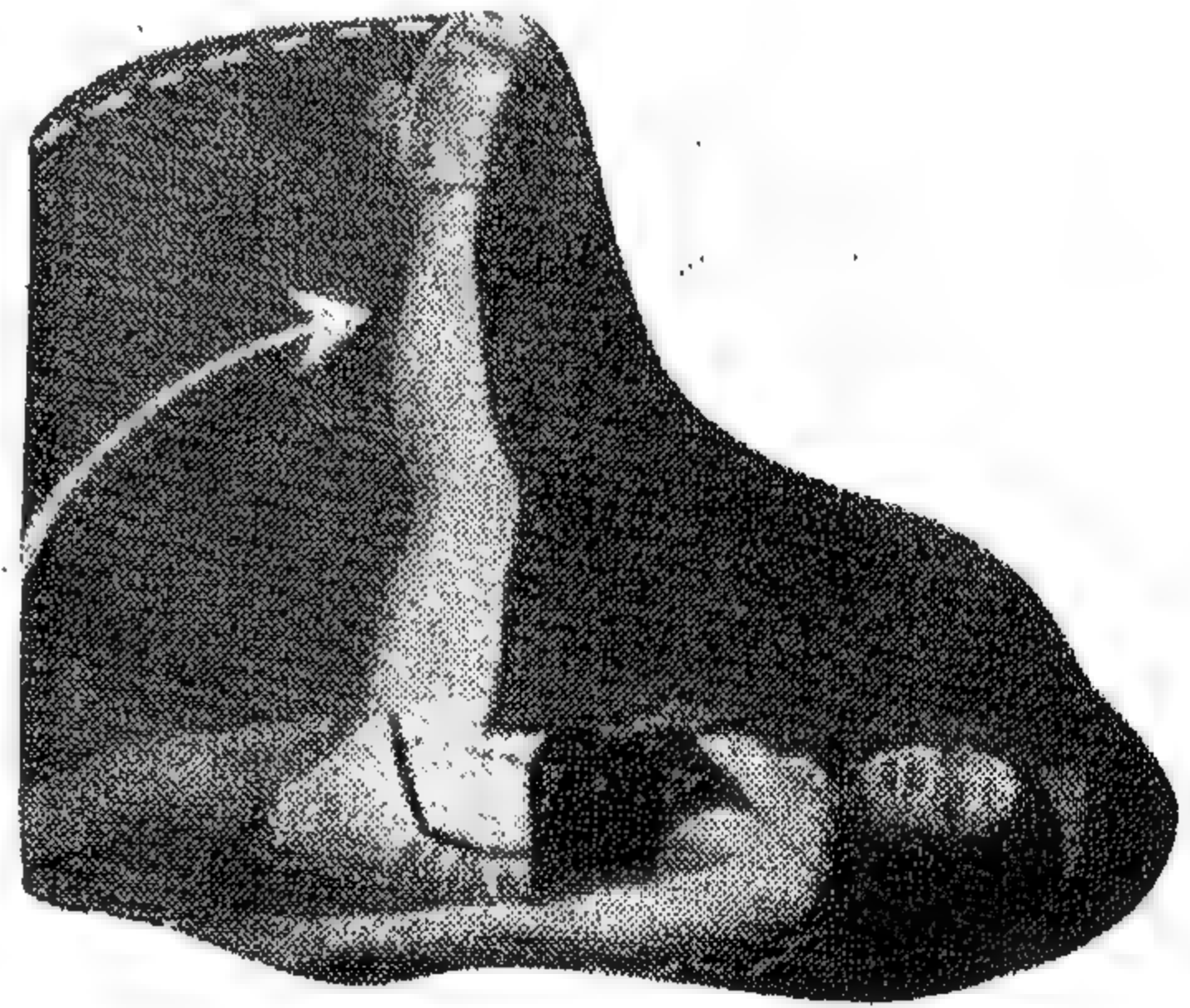
منتجات من الاسمنت المسلح وغير  
المساح .. مواسير - اعمدة ... الخ.

الاسيستون الاسمنت



#### التمرين الخامس

اتكئ على قفاك وامسك بوسطك بيديك وارفع ساقيك،  
حركي رجلتي وكأنك تركنين عجلة .  
حاولي أن تشدي أطراف قدميك جيدا مع فرد وثني  
ساقيك بقوة .



#### التمرين السادس

استلقي على ظهرك - مدي ذراعيك على جانبي جسمك -  
ارفعي ساقك الى اعلا - ارجعي بها لوضعها الاول ثم ارفعي  
الثانية ، حاولي أن لا تثني ساقك الموضوعة على الارض  
وأفردى بقوة الساق المرفوعة مع تقريب الركبة لكتفك أقصى  
ما يمكنك .



# فسات بسيطة .. أنيقة .. لكل مناسبة

٥ - الحزام ينقص بروب القماش

التفصيل

افردى القماش على عرضه  
وضعى اجزاء الباترون عليه بالطريقة  
الموضحة بالرسم . دبسى الباترون  
بالقمماش قصى القماش حول  
الباترون مع ترك مسافات زائدة  
عنه للخياطات والاوريلة والدخلات  
اذ انها لم يعمل لها حساب في  
الباترون

اعداد الشغل

علمى بخيط من لون اخر  
خلاف لون القماش حول الباترون  
لا تنسى ان تعلمى منتصف  
الكورساج والجونلة سواء الامامية  
او الخلفية

التركيب :

الكورساج :

ضعى علامة الكتف والاكمام  
الامامية على علامة الكتف والاكمام

١ - كورساج الامام

اتجاه نسيج القماش (الدوغرى)  
في منتصف الكورساج الامامى  
والاكمام ترسمها كما هي مبينة  
بالباترون

٢ - كورساج الظهر

اتجاه نسيج القماش في منتصف  
كورساج الظهر

٣ - الجونلة من الامام

اتجاه نسيج القماش كما هو  
مبين على الباترون ومنتصف الجونلة  
يكون بروب القماش

تقصى وصلة الكلوش بان تضعى  
اهتدال النسيج على الحرف  
الدوغرى من الجونلة

٤ - الجونلة من الظهر

مثل الامام وتعملى له وصلة  
ايضا



## كوبون باترون بنت النيل

قدمى هذا الكوبون الى دار بنت النيل ٤٨ شارع  
قصر النيل بالقاهرة فى المدة من يوم ٥ الى ١٠ من  
هذا الشهر . . . تحصى على هذا الباترون :

**ملحوظة :** اذا اردت ان نرسله لك بالبريد المسجل  
. . . ردى الينا هذا الكوبون مصحوبا بطوابع بريد  
قيمتها خمسة قروش مع ذكر الاسم والعنوان بخط  
واضح . واكتبى على الطرف قسم البترونات وكل  
طلب يرد بعد الميعاد يهمل .

القطن المنقوش برسومات صغيرة  
ناعمة او النقطة والحزام يكون من  
قماش سادة بلون الارضية  
ليفد الظهر اختارى قماش  
برودريه والحزام يكون في لون احمر  
يليق مع لون الفستان اما في المساء  
فعليك بالقماش الموسلين ويستحسن  
زيادة عدد الامتار لتوسيع الجونلة  
وزيادة كشكشة الوسط ويلبس  
تحت جوبون منشى

الباترون

يتكون باترون هذا الفستان من  
ثمانى قطع

بسيط واثيق ولكل مناسبة  
يمتاز هذا الثوب بتفصيلته  
البسيطة التى تضى عليه اناقة  
وجمالا وذوقا سليما واقتصادا . فهو  
لا يلزمه سوى ٤ متر و ٢٠ سم  
عرض ٩٠ سم  
ديكولتيه مستدير اكمام جابونيز  
طويلة شوية - الجونلة كلوش  
مكشكشة على الوسط ويلبس معه  
حزام عريض

ويمكن عمل هذا الموديل من كل  
انواع الاقمشة ولكيل المناسبات  
للصباح يستحسن المباشرة ان يكون



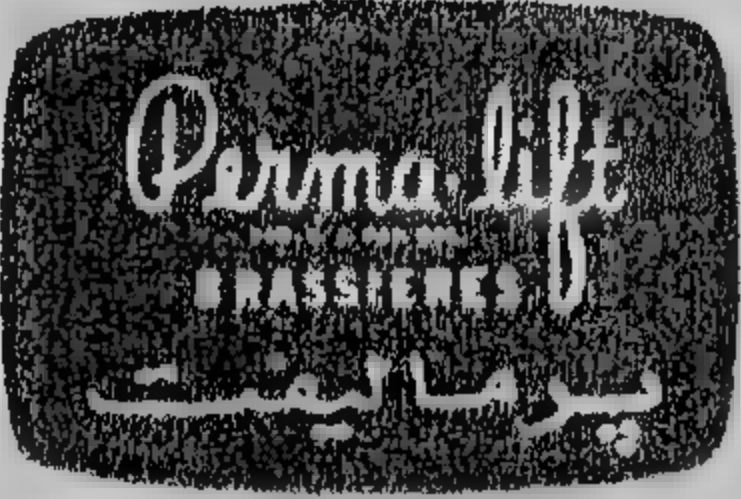
# تحمي في قوامك



باعتمالك

سويان

برماليفت



يضمن لك

الراحة

والرشاقة



يباع في المحلات الكبرى

للعملة شركة الجابري

القاهرة ١٥ شارع البرقية ١١٩/١١٨٩/٥٨٣٧٩  
الاسكندرية ١١ شارع فؤاد الاول ٢٧٦٨١ ش ٤٩٠٤٥

اجمعي علامات جنب الامام على  
جنب الظهر وخيطيهم معا بالطريقة  
الثالثة - واتركي مسافة بدون  
خياطة في الجنب الشمالي علشان  
الستة

الجولة :

خيطي وصلة الامام بالجولة بان  
تضعي دوغري القماش واطرافه على  
بعض ثم اكوي الخياطة . وقومي  
بنفس العملية في جولة الظهر

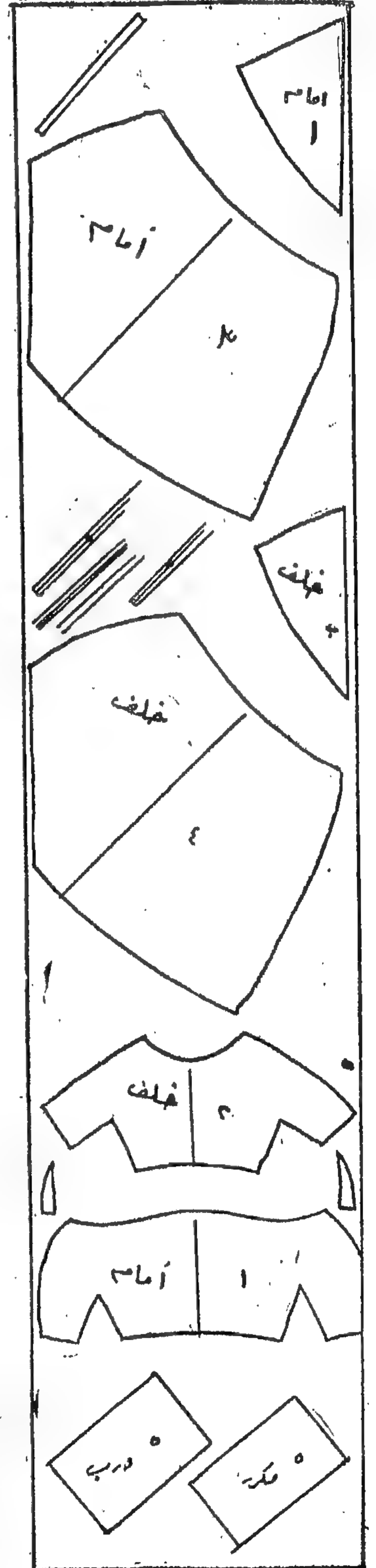
ضعي علامة جنب الجولة  
الامامية على علامة جنب جولة  
الظهر وخيطيهم باتباع الخطوات  
السابق شرحها ولا تنسي فتشج  
الخياطات بالكواة - كرري نفس  
العملية من الجانب الاخر - لاحظي  
ترك مسافة للستة في الجانب  
الايسر

اعلمي دورين كشكشة حول  
الوسط - شدي الكشكشة حتى  
تحصلي على مقاس اسفل الكورساج  
اي مقاس وسطك ثبتي على هذا  
الاساس الجولة على وسط  
الاساس الجولة على وسط  
الكورساج مع ملاحظة وضع علامات  
منتصف كل قطعة على علامة منتصف  
القطعة الاخرى سواء من الامام  
او من الظهر لاحظي ضبط خياطة  
جانبى الكورساج على خياطة جانبى  
الجولة ، اضبطي اسفل الجولة  
واعلمي الاورليه .

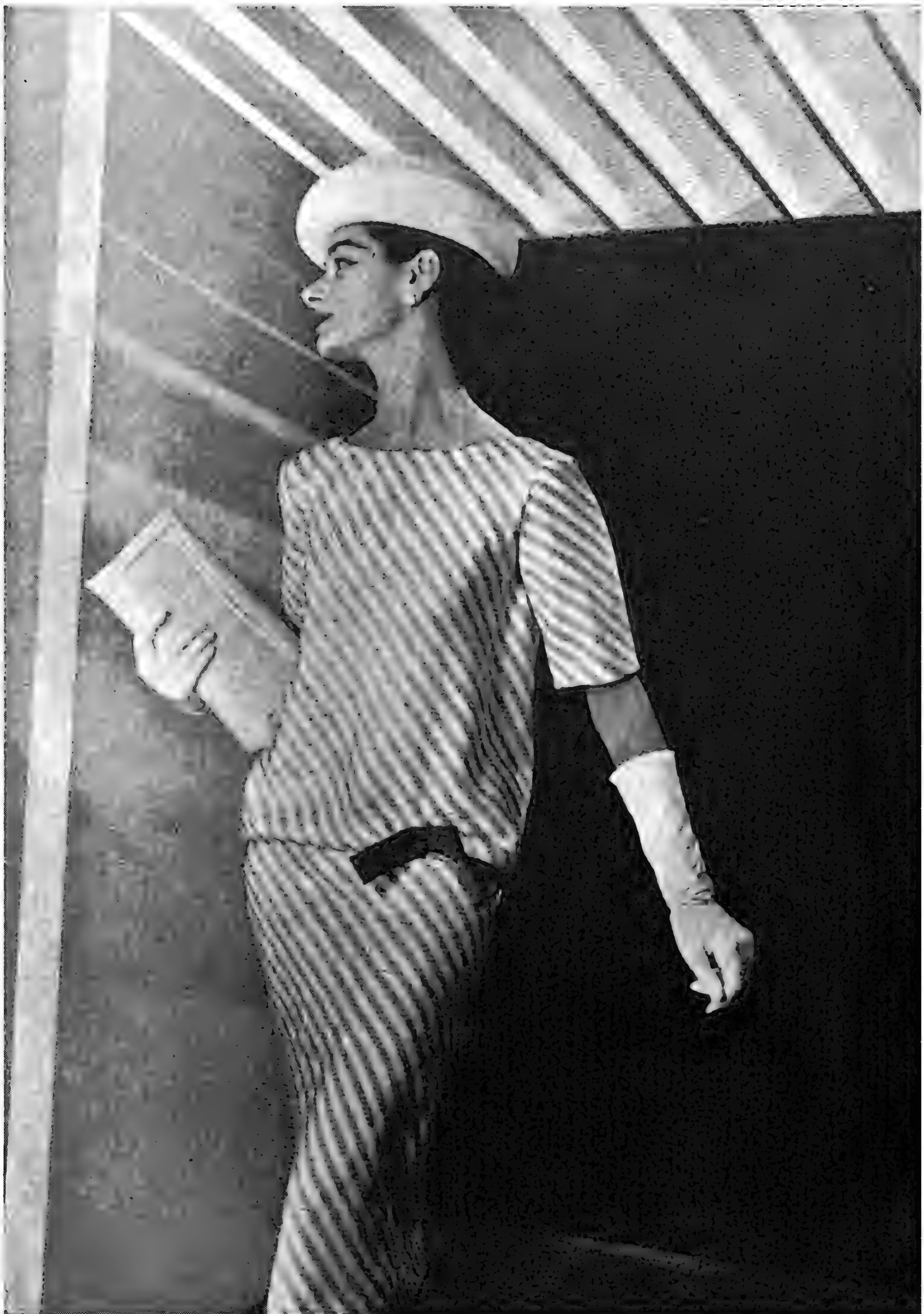
اما اطراف اعلى الكورساج ونهاية  
الاكمام فعليك ان تقصى لها اورليه  
عيرة بالورب (اي ان القطعة تقص  
بورب النسيج) خيطي هذه القطعة  
على طرف الدوكتيه والاكمام ثم  
انثيها واعلمي الاورليه .

الخلفية ودبسيهم مع بعض .  
اعلمي سراجة وخيطيهم على الماكينة  
ثم اكوي الخياطات وافتحيها .

اعلمي دورين كشكشة دائر  
الدوكتيه وعلى خياطة الاكمام من  
فوق









# أول فطرات مودة الخريف

تتميز مودة هذا الخريف بالبساطة وانسجام القصات والاتساع المغالى فيه سيختفى في هذا الفصل وتميل الأزياء الى اظهار جمال الجسم واخفاء عيوبه واضفاء الشباب على المرأة في كل سن .

واليك يا سيدتى بعض اتجاهات المودة في هذا الفصل .

الفستان « الشوميزيه » ما زال محل اعجاب الجميع وتجدين عدة موديلات منه . وروعة هذا الموديل في اللون الابيض فهو يخفى السمرة عند السمينات ويكسب النحيفات قواما معتدلا . وهو قبل كل شيء موديل الشباب ومظهر جاذبية الاناقة في المرأة .

ومن موديلات هذا الخريف . تفصيل الفساتين بدون قصة في الوسط وبدون تكسيم في الوسط ايضا .

والاهتمام كله في التكسيم عند الصدر وهذا الموديل يناسب الرفيعات ويضفى عليهن رشاقة فوق رشاقتهن .

أما التاييرات فهي أما مكسية واسعة مع انتفاخ شديد في الظهر ملفت للانظار والجاكete اقصر من العام الماضي .

والاقمشة المنقوشة والابيض السادة لهما الاهمية الكبرى في هذا الفصل في كل وقت ولكل المناسبات وتجدين نماذج مختلفة لآخر مبتكرات الخريف في المودة .





هل ثوبك من النوع الديكولتيه وتريدين تغطيته ؟ لماذا  
اذن لا تصنعين له هذه الجاكيت الصغيرة من نفس  
القماش الذي اخترته لصناعة الثوب ؟ ان تفصيلتها  
سهلة ولا تكلف الا القليل . اما الثوب الاخر فانه من  
القماش المطبوع . لقد صنع من البليسيه فغدا راثما .  
اما الصدر فتحليه فيونكة صغيرة تزيد الفستان جمالا  
وأناقة .



ماجى روف

## ليالى الخريف

نوب للسهرة من ابتكار «ماجى روف»  
وهو من الارجنسدى الابيض ويحلى  
بشريط طويل من القطيفة السوداء  
تثبت عند الصدر بودة حمراء  
ويلبس معه جوائى طويل ابيض



# البوديز من الانزيا

ثوب أنيق من « كارفين » من النيل الأبيض  
وعليه بروديه أربسك الجئلة واسعة  
ودكولتيه مستدير يعطى منظرا جميلا للصدر



«جاك هايم» يقدم لنا ثوبا من الموسلين الأبيض  
المطرز وبمسك تحت الصدر بحزام أخضر



أما الثوب الذى فى الصفحة المقابلة فيمتاز  
ببافته الكبيرة التى تزين الديكولتيه وهو من  
الأورجندى الأبيض المشفول بورد أحمر







# قماش منقوش.. فستان ضيق.. سهره!!

جان بابو

بیر بالان





أربعة فساتين منقوشة وضبيقة للسهرة  
 الأول منها من « جان باتو » ويمتاز بدراية كبيرة من الموشين الأخضر ينساب على  
 طول الثوب وفنكيه من الساتان الينى على الصدر  
 أما الثانى فهو من « بير بلمان » والبانو على طول الظهر يضافى عليه جمالا فريدا  
 والثالث يتميز بفتحة من كتف واحد والبانو الطويل أيضا وهو آخر مبتكرات  
 الحريف « لجاك جريف »  
 والرابع ياقة عالية واكتاف عارية واتساع فى الظهر تحت الردفين من « جريس »

جريس



جاء جريف











مادكار بتيه

## البالطو المنقوش

ما زال البالطو المنقوش يعتبر اهم قطعة بعد الظهر وبداية الليل ، في دولاب كل امرأة انيقة والتفصيلة المفضلة هي الواسعة ويقدم لك على هذه الصفحة «مادكار بتيه» موديلاً رائعاً لهذا البالطو



# انورب الحقوے .. نیدل سبانا

مادلین دی روش



بیبی کلارنس







→ ثوب من الارجنسدى الابيض المطرز وحزام  
ترابييه من الستان الازرق ويلبس تحته قميص  
من الستان البمبه ويلاحظ انه يمكن لبس  
« البيرينا » العليسا او لبسه بدونها وهو  
آخر مبتكرات « بير كلارنس »

→ حزام من الجروجران الاخضر ووردة حمراء تغطي  
لهذا الثوب المصنوع من البوبلين الابيض  
بهجة وجمالا

← « جالد هايم » يقدم لك فستانا من الموسلين  
الابيض الجونلة واسعة جدا محلاة بالبليسيه  
والكورساج. ياكمام طويلة جابونيز



# أناقتك بعد الظهر



فستان من الحرير المنقوش واسع  
في الجثلة وسيق من الوسط  
ويلبس عليه « بوليو » قصير  
بكم منقوش

اما هذا الثوب الذي يقدمه لك  
« كريسيان دييود » فهو سيق  
ويلبس عليه باللو سيق ايضا  
من نفس القماش







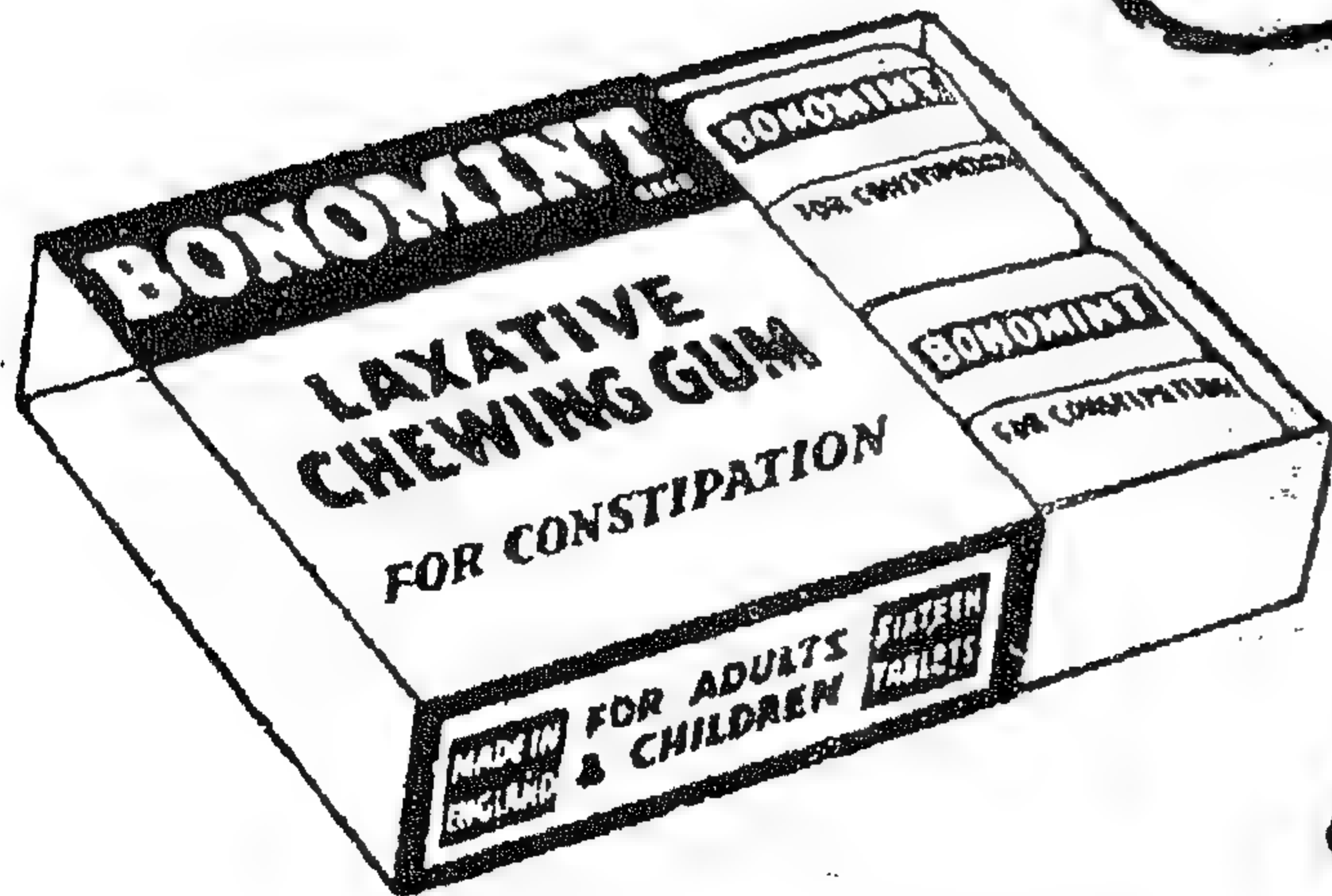


وهذا الثوب فيقدمه  
« مونجان » لجميع  
الاجسام وجميع الاعمار  
فهو يتميز ببساطته  
وبالحزام الكورازيه عند  
الوسط . والجنس  
بكسرات ويعطى انافه  
لكن سيدة



في ليلة واحدة...  
تخلصين من الإمساك باللبان الملين

بونومنت



انك تمضين بونومنت مثل اللبان العادي،  
فتسرين بطعم النعناع النفس في فمك،  
وأثناء المضغ تمتصين العناصر الملينة الموجودة  
فيه من اللعاب، وبذلك تحصلين من  
الإمساك بطريقة طبيعية للغاية..  
إنه الملين المفضل لدى الصغار والكبار

بونومنت

اللبان الملين ذو النكهة المنعشة





مميزة هذا الفستان انه يمكن لبسه قبل الظهر او بعد الظهر كما تريدن وهو قليل التكاليف برغم انماقته فهو من قماش القطن الكاروهات واحذري أن تختاريه من لون يبهت عند الغسيل وكذلك الكلفة ١٠





اصنمى هذا البالطو من الدانتيل وحاولى ان يكون لديك جوانتى من نفس اللون وهذا البالطو يسول  
لك لبس اى فستان بسيط فاتح فى باقى ايام الصيف وعندما ياتى الخريف تلبسين تحته اى فستان مهما  
كانت بساطته لان هذا البالطو سيجعل منه فستانا انيقا .

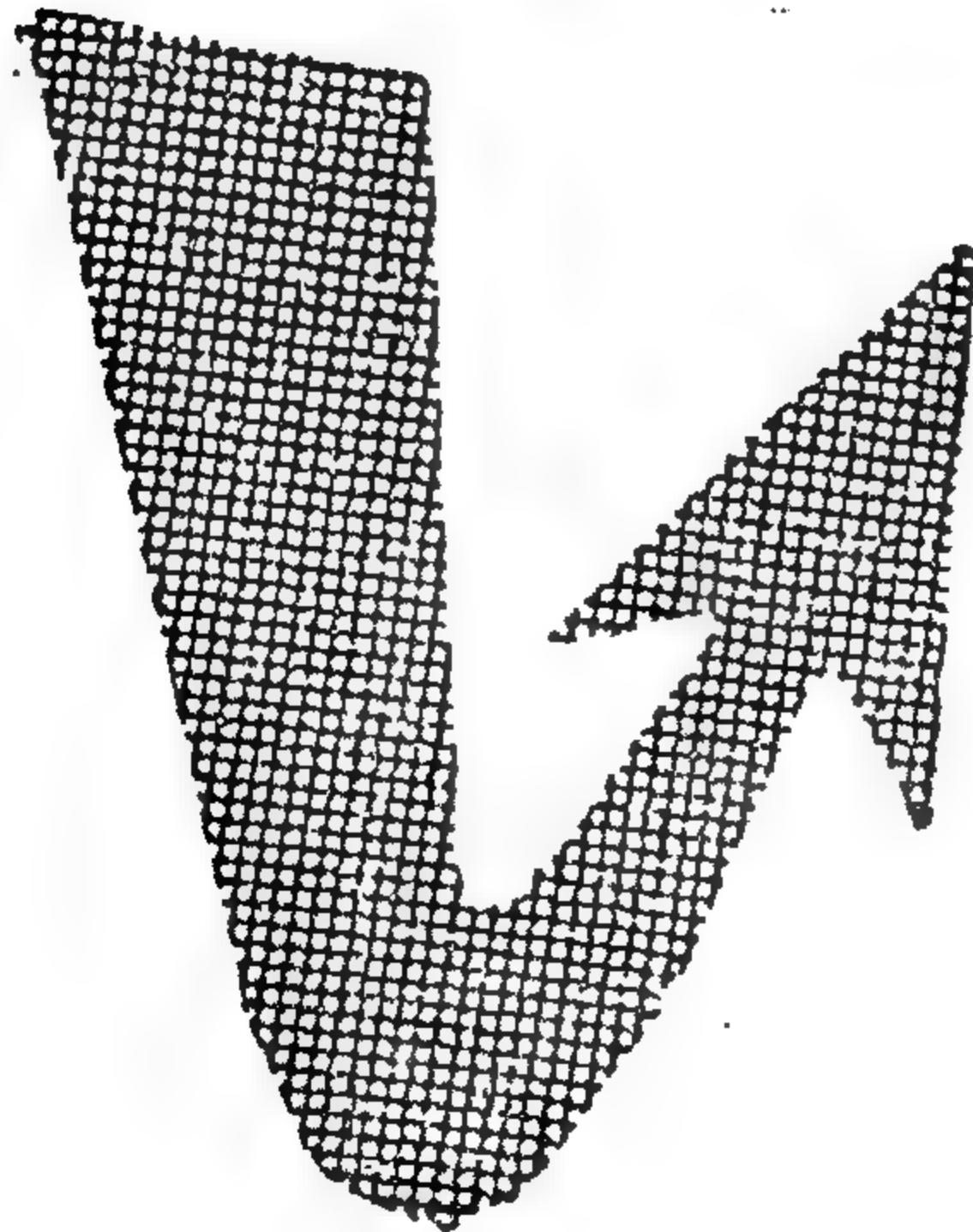




برو كلاكس



التيكولانته اللينة ذات الشهرة العالمية



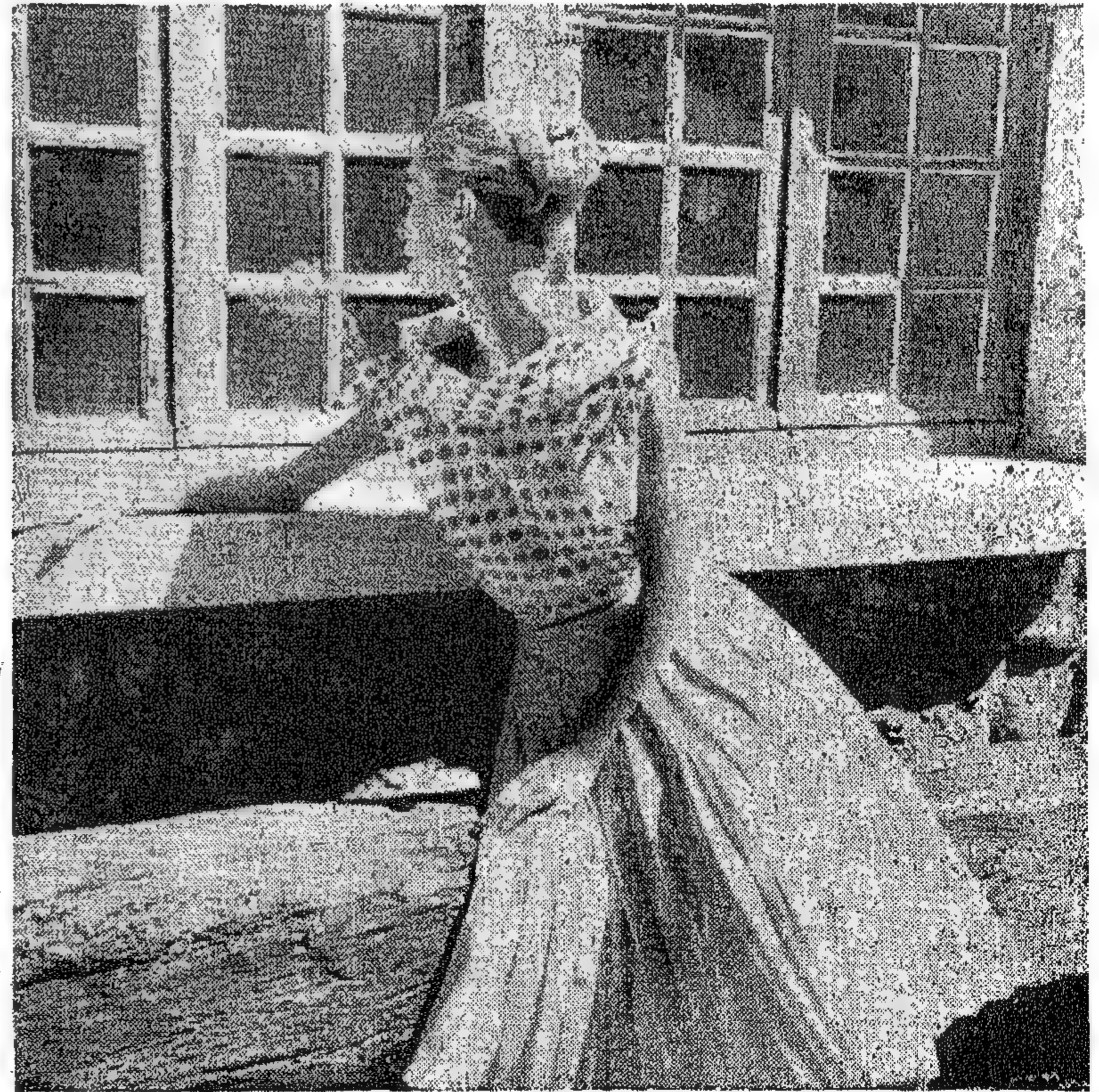
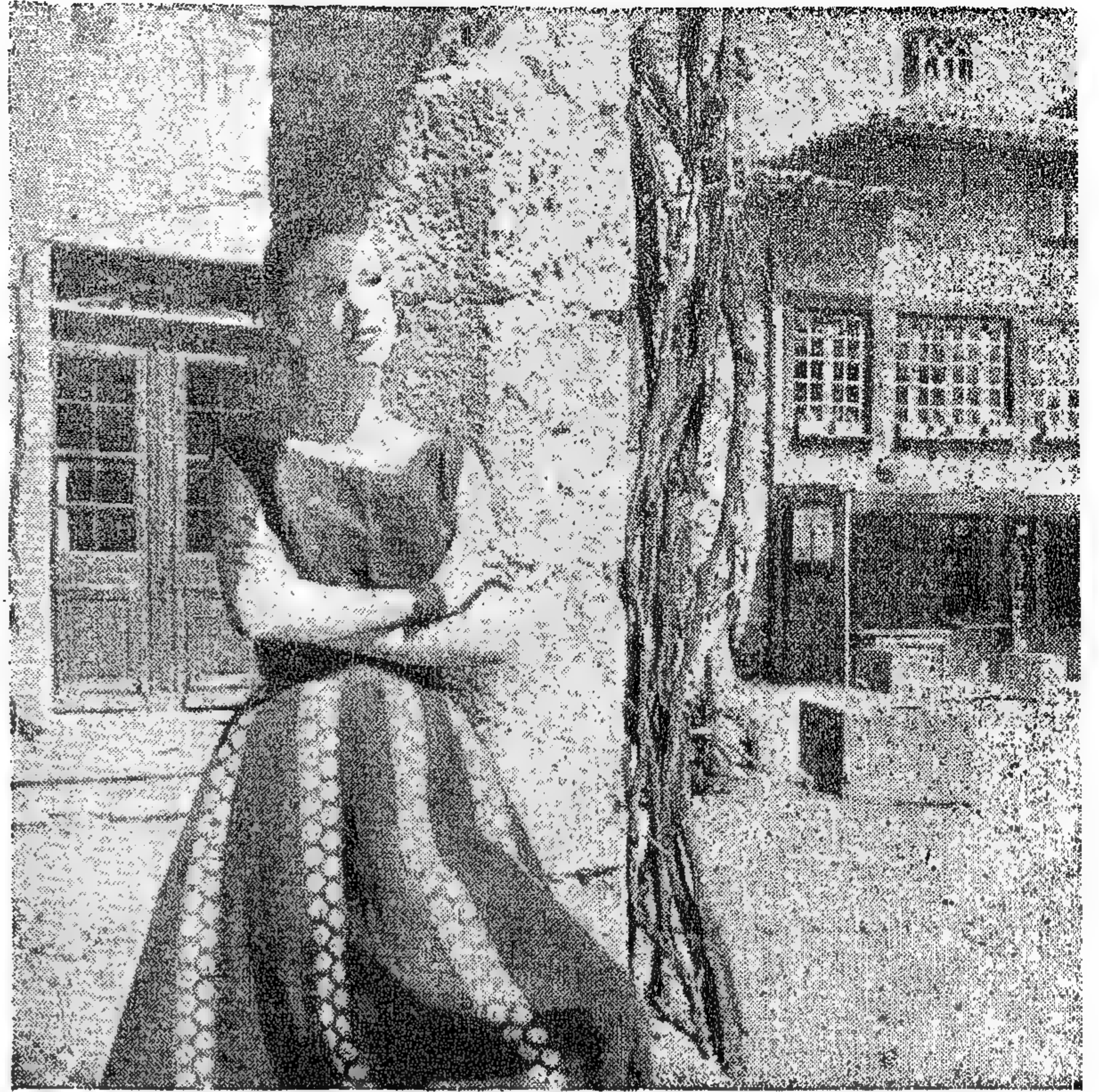






# بلوزة ... ومكونيات

جنلة من النيل الأزرق الفامق محلاة بنقود  
كبيرة بيضاء من البروديه وتلبس معها بلوزة  
من النيل الأزرق الفاتح بدكولتيه مبتكر  
كما تشاهدين



ما زال البلسيه في الجونلات آخر مودة وتبدأ  
في هذه الجنلة بعد الوسط بقليل ويستحسن  
أن يلبس مع الجنلة السادة بلوزة منقوشة  
و « رجي فانكيه » مصمم الازياء الشهير يقدم  
لك هذه البلوزة ذات الياقة المبتكرة الجميلة

تتميز هذه الجنلة المنقوشة بكسرتين عند الجانبيين وكسرة في الظهر وهي  
مخالة بعينين صغيرين في الجوانب أما البلوزة فهي من الجرسية النسائم











# الابيض للصباح

من مبتكرات هذا الخريف ايضا البالطو القصير في هيئة فستان ويلبس على جنلة صغيرة من لون اخر و «بالنسياجا» يقدم لنا نموذجا فيه البالطو ابيض والجنلة سوداء تظهر اطرافها من تحته

وهذا فستان ضيق «ديكولتيه» واسع عند الصدر ويمكنك لبسه في الصباح بالاستعانة بهذه «الجاكتة» القصيرة لاختفاء الديكولتيه





# لبعد الظلم



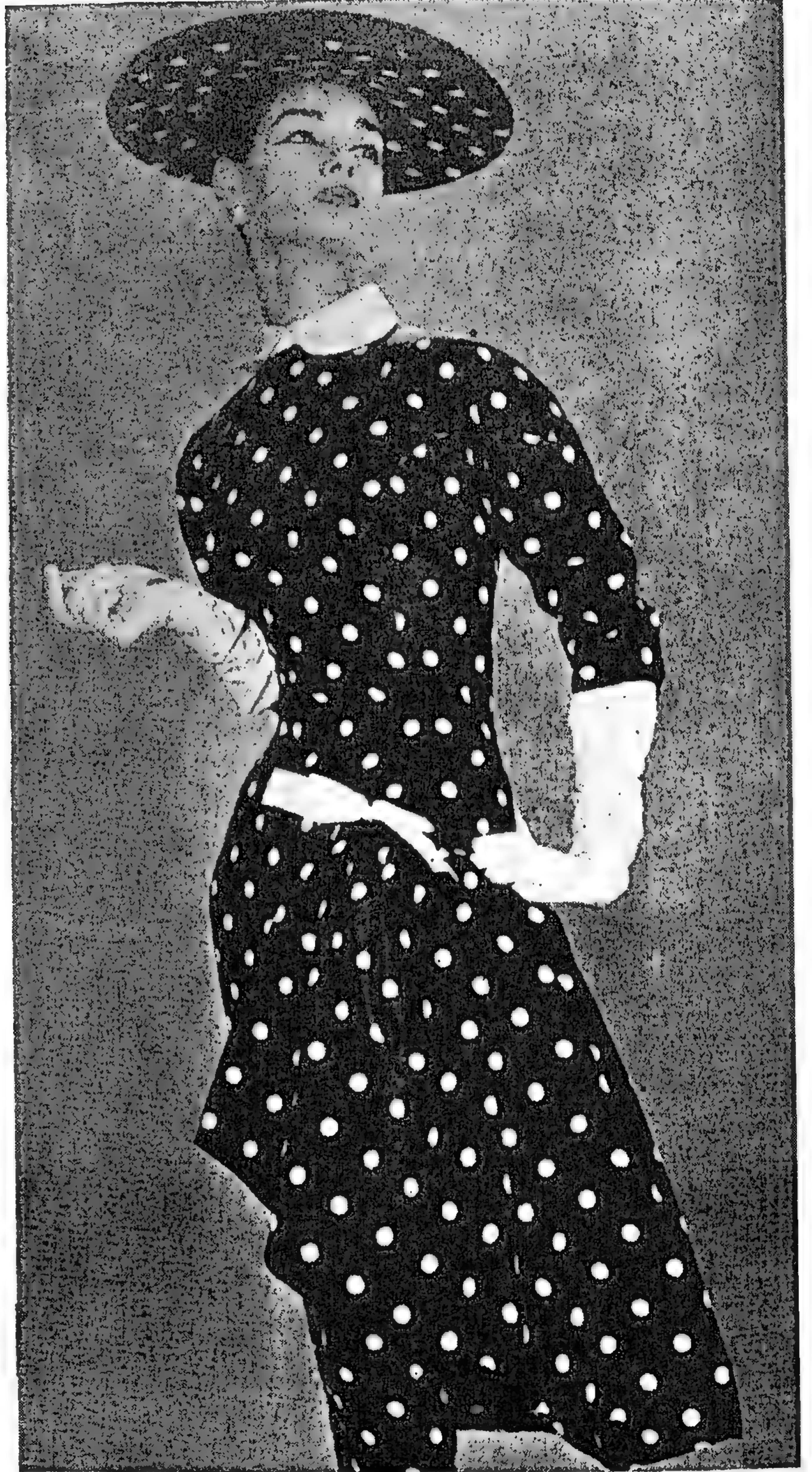


في مودة هذا الموسم الالوان ذات النقطة  
الكبيرة وكان هدف مصممي الازياء صنع  
الموديلات الملائمة لها .

واليك اجمل موديل يقدمه لك « باكان »  
وهو من التفتاه الكحلي المنقط بالابيض واليالة  
والفيكة من القماش الابيض ويلبس معه  
جوانتي ابيض .

باكان

واليك مجموعة من الازياء لبعد الظهر يقدمها  
لك اشهر مصممي الازياء الباريسية .





# التاير الفضل



♦ تاير برتقالي وياقة كبيرة محلاة ببكيه  
ابيض ينتهي بغيونكه كرافته يقدمه لك  
« جرمين لوكونت » .

♦ تاير بدون ياقة من التيل الازرق ويتميز  
بالاكتفاء بزدارين في الجاكته من ابتكار  
« رنيون » .

♦ جاكته قصيرة ويمسك الوسط بحزام  
خارجي ويتميز بياقته المبتكرة .

♦ جنلة بليسه وجاكته ضيقة وكم رجلان  
يقدمهم لك « روفائيل » لتزيدك جمالا  
واناقة .

♦ ياقة كبيرة ووسط واسع يناسب كل  
الاجسام - ابتكار جان لافوري .

♦ تاير انيق حليته الزراير والجنلة البليسه  
الضيقة من تصميم « رافائيل » ايضا .









فلا تسي



التي يفتي ثلاث موديلات تناسب  
شبابك وتزیده اناقة وأولها من  
« منجان » للصباح والثاني من  
« جريس » لبعده الظهر والثالث  
من « كرفن » ومكون من قطعتين  
ويمكنك لبسه في كل وقت

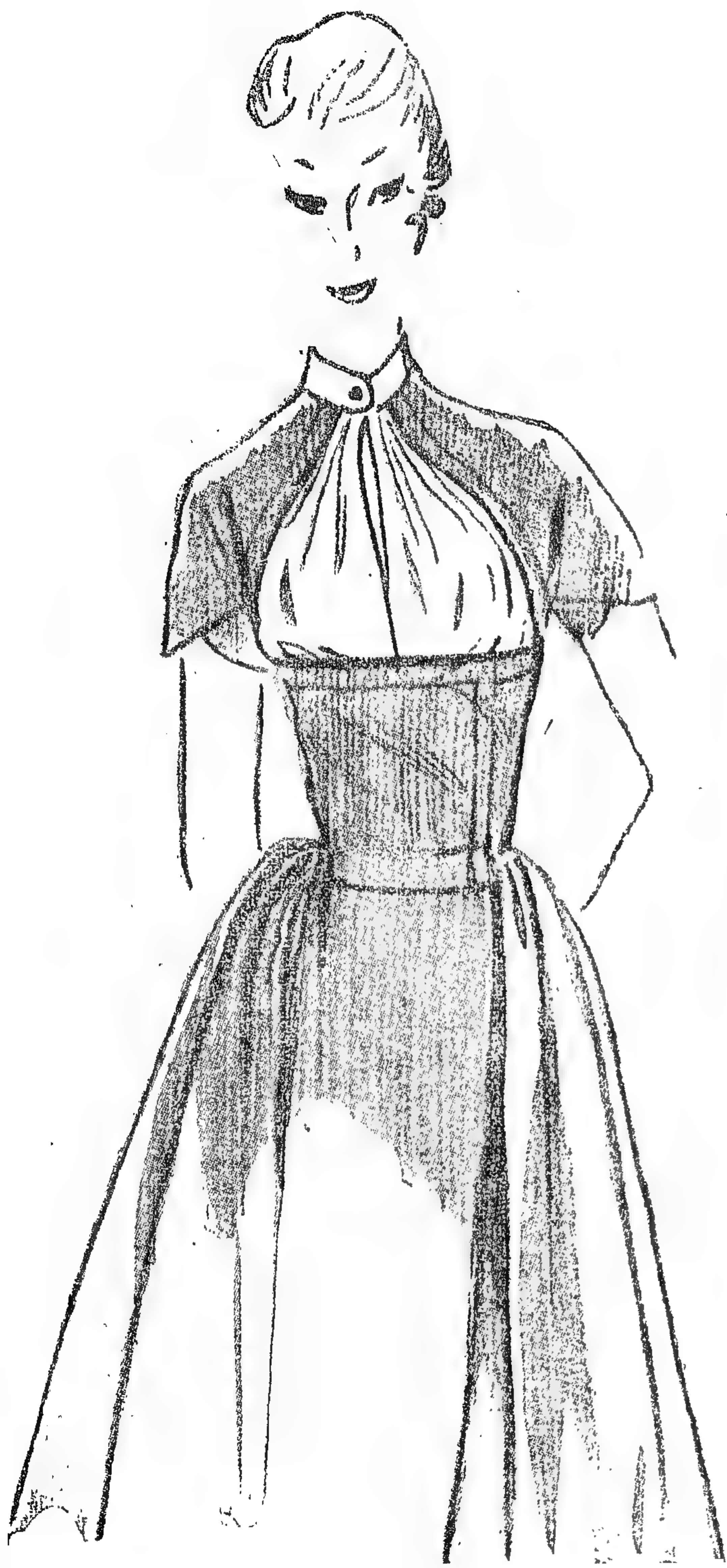






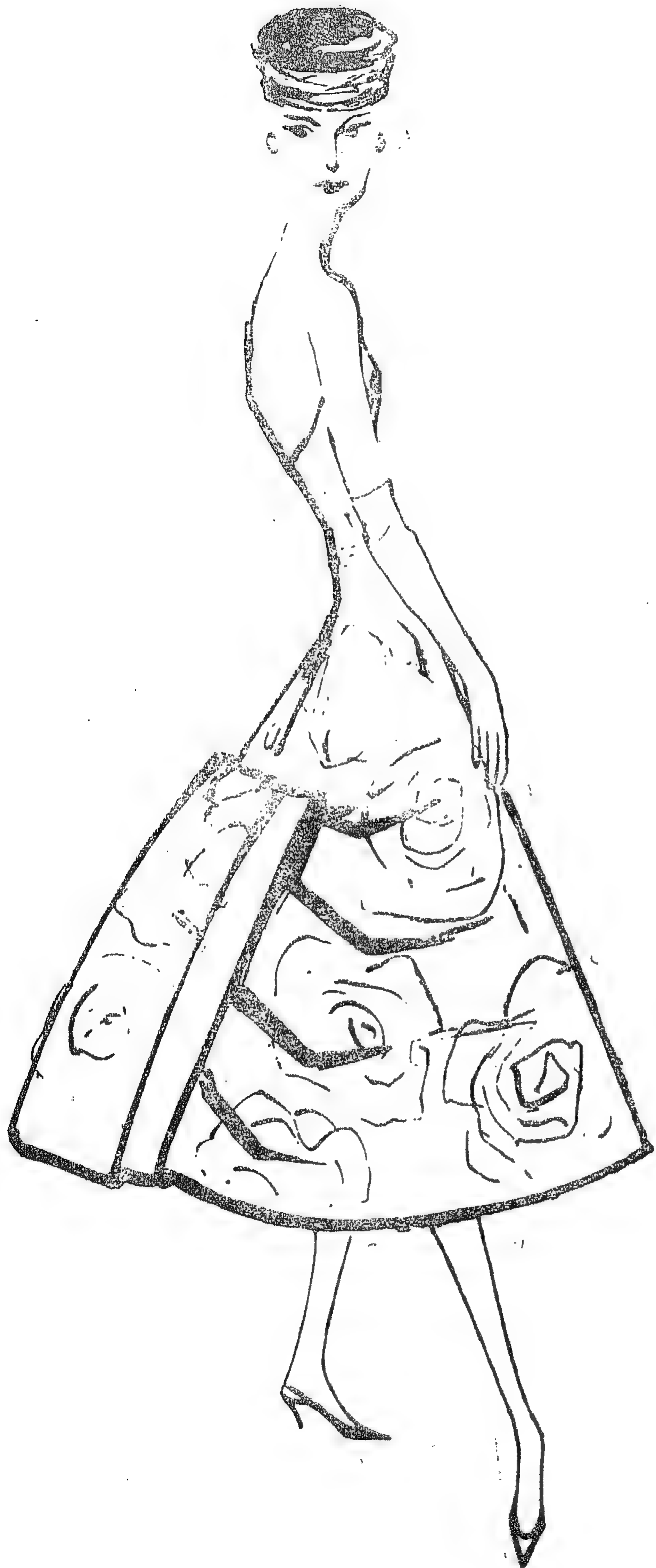






مجموعة من الفساتين الانيقة التي استرعت الانظار في حفلات  
عرض الازياء التي اقيمت في هذا الموسم بباريس ، لقد  
صنعت جميعا من اقمشة صيفية خفيفة من تيلة القطن المصري .  
وعلى ذكر الخريف فقد اتجه بعض الخائطين الى كسو العنق .  
كما هو ظاهر في الزي الذي الى اليسار





تفصيلة جديدة لفساتين  
السهرة وقد حلى  
الفساتان من الظهر في  
النصف الاسفل بهذه  
الحلية من نفس القماش  
مع شرائط جانبية من  
الكلفة كما يبدو في  
الصورة



# قصان نوم أنيقة مريحة

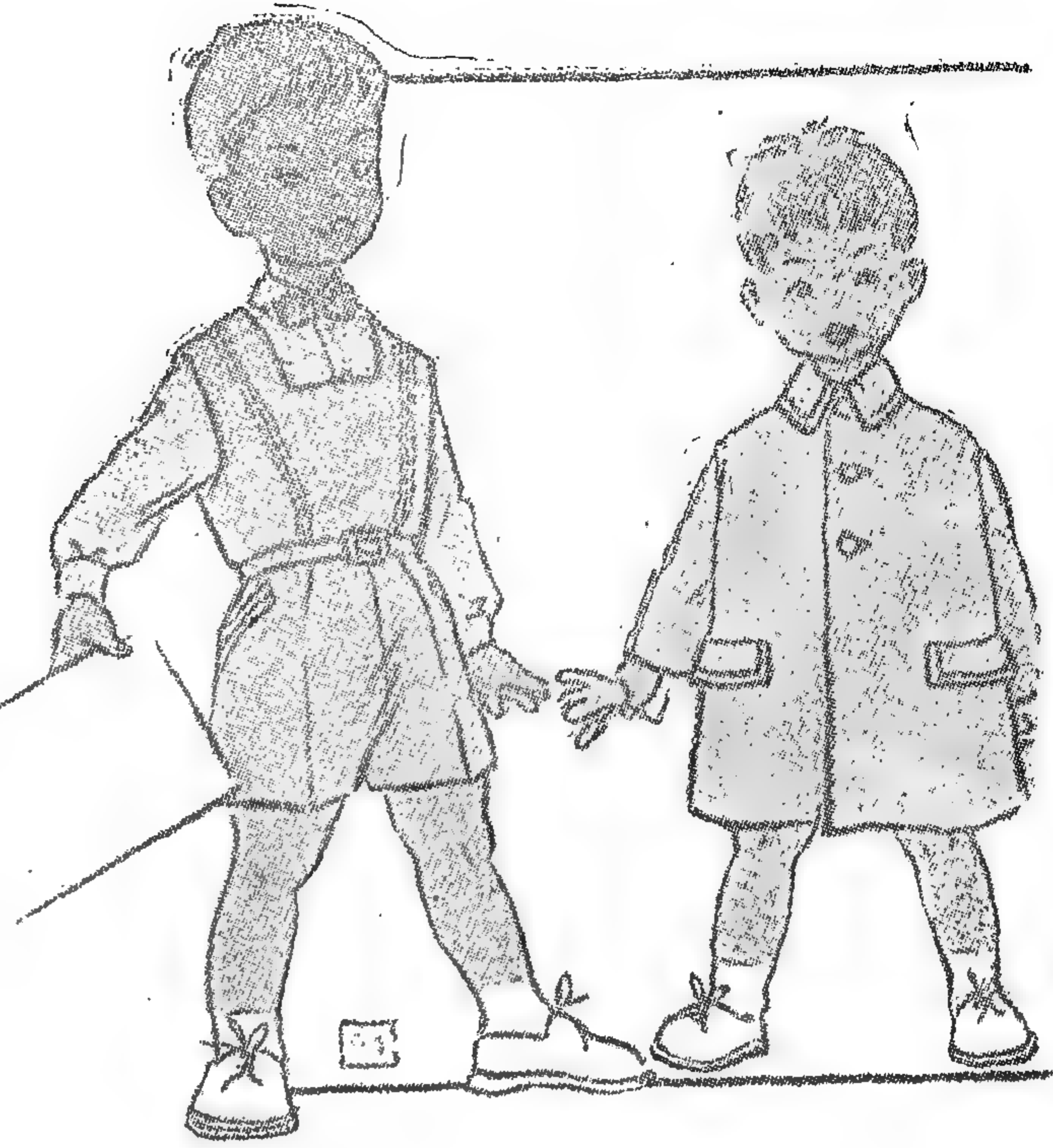
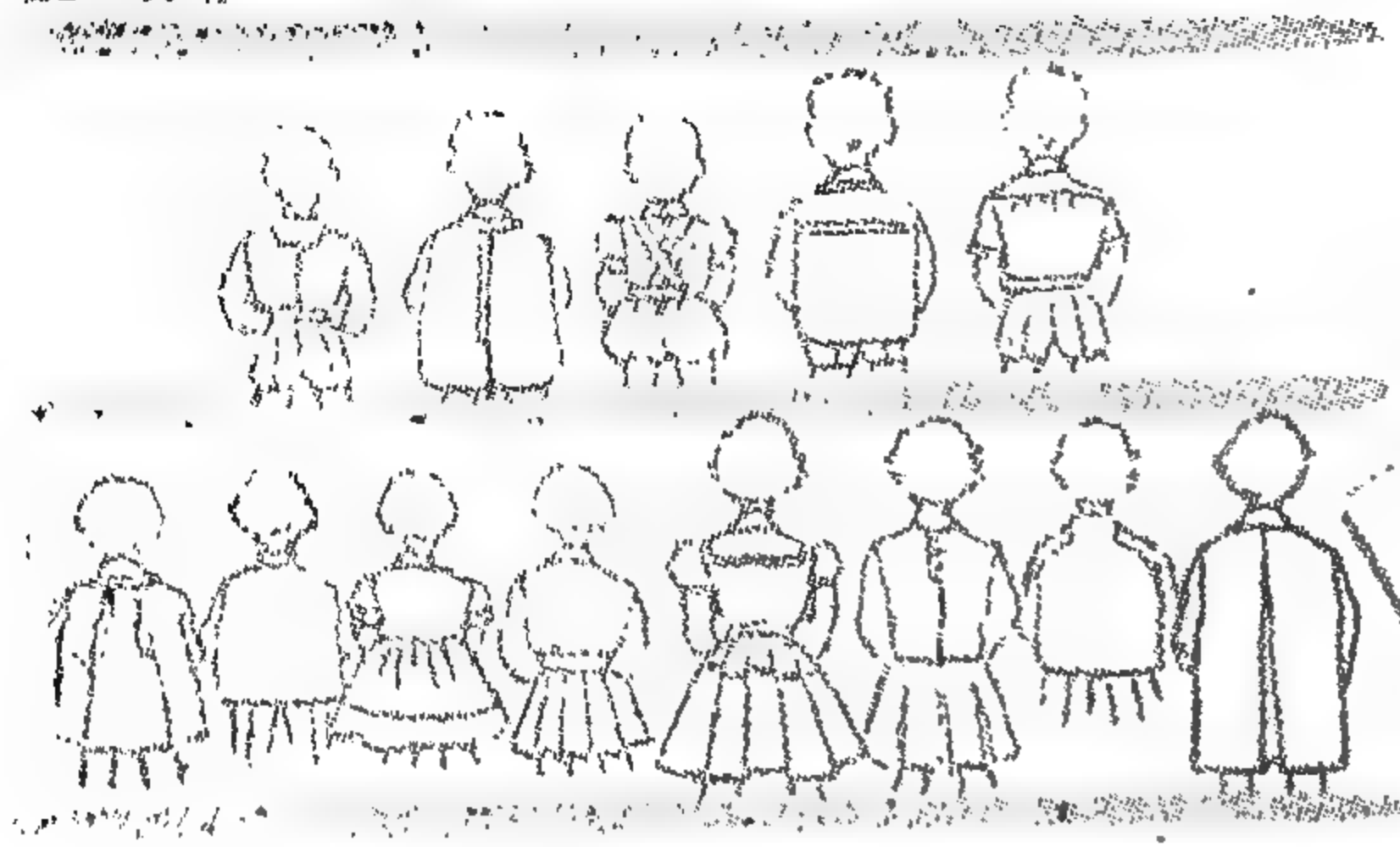


فهي من نوم من  
الجورج الشيفون  
وعلى الصدر دانتل  
والكورساج مكشكش  
نظيفة مريحة  
اما التالى فيتميز  
بساطه ورثه وهو  
بناسب سستهمر



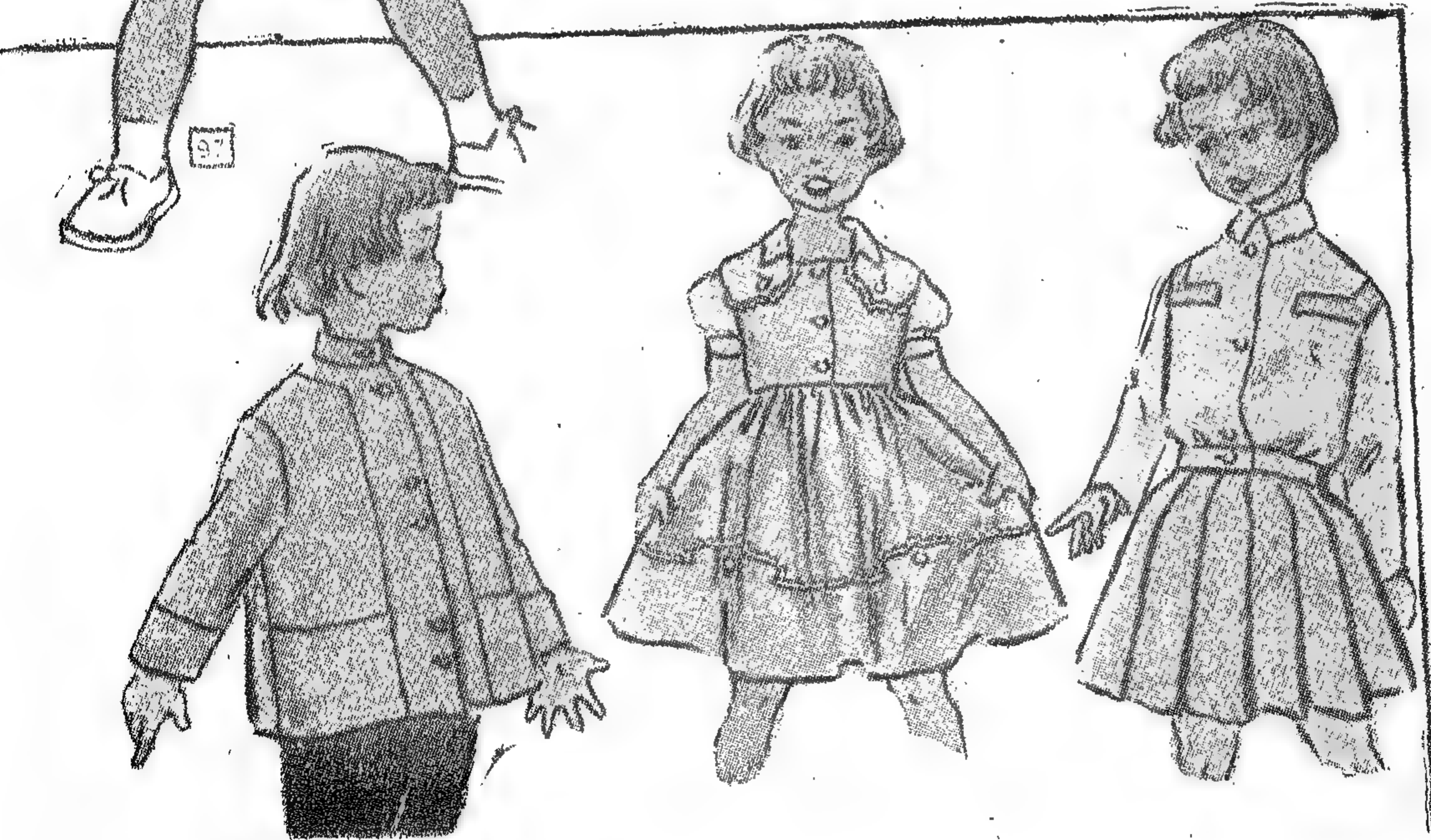


## جاكيت أنيق للطفل



احترسي من برد ليالى الخريف وحافظي على اولادك  
منه ولا تنسى الجاكيت لهم عندما تأخذينهم معك في  
الخروج وخاصة في الليل

وتقدم لك بنت النيل مجموعة من «جاكيتات الاطفال  
والبلاطى» تناسب جميع الاعمار للبنات والاولاد





# مفلك هذا الشهر

وتعود المياه لجاريها ، احترس من الوقوع وجرح ركبتيك - أعمالك تستلزم كياسة وصبر .



من ٢٠ فبراير الى ٢١ مارس

كوني حريصة هذا الشهر هناك من يتربص لك وينسوي ابداءك وادخالك في مغامرة غرامية - على الزوجة الا تنساق وراء أقوال صديقاتها وتترك نفسها لسيطرة الفيرة وتجعل حياة زوجها جحيما بعض تعب في الكبد ، خففي أكلك - تقدم مطرد في العمل .

من ٢٣ ديسمبر الى ٢٠ يناير

ان هذا الشخص الذي حطم قلبك لا يستحق منك كل هذا الكدر اتركه واحترقه فهو خائن جبان وفي المنزل لا تندفقي في حديثك لئلا تندمي ، اختاري الكلمات ولا تندفقي في مناقشاتك والا فهت على غير حقيقتها ، ان جهازك النفسي في حاجة الى غناية

من ٢١ يناير الى ٢٠ فبراير

احتفظي بكرامتك وكبريائك وسيري في الطريق الذي يرسمه لك عقلك ، ستنتصرين على منافسك في المنزل اعترفي بأخطائك والشخص المحب لك سيسامحك

على المتزوجات الا يندفعن في أقوالهن حتى لا يتفوهن بما لا تحمد عقباه - نرفزة بدون مبرر - ارحمي أعصابك ، فكري قبل العمل .

هناك مشاكل ستقابلك في عملك

من ٢٣ أغسطس الى ٢٣ سبتمبر

سوء تفاهم بينك وبين الشخص الذي تحبينه ، كوني لينة لتجنب الانفصال - سحابة وعقبسات في الاسبوع الاول ان كنت متزوجة لا تخالقي زوجك دائما في آرائه ، سعادة يجلبها لك أحد أولادك . راقبي غددك واعتني بها في العمل النقل والطبع المسالم خير من المخالف المشاكس في التقدم .



من ٢٢ سبتمبر الى ٢٣ أكتوبر

قبل أن تتخذي قرارا في مسألة زواجك تأكدى أن هذا هو الشخص الذي تحبينه - احتمال مفاجأة غير سارة لبعضهن - على الزوجة أن تنسى نفسها في سبيل سعادة أولادها ، بعض التعب في المساء ولكن لا تقلقي ، عقبات مع الشريك أو رب العمل .

من ٢٣ أكتوبر الى ٢٢ نوفمبر

قاومي ميلك لتكبير الامور ولا تغالي في أشجانك ومتاعبك والا أصبحت فعلا متعبة - كوني زوجة عادلة ولا تنسى أنه الى جانب المتاعب الزوجية توجد السعادة والراحة ، ضيق في التنفس يزول سريعا ، كوني رزينة في عملك .



من ٢٢ نوفمبر الى ٢٢ ديسمبر

ستجتازين مرحلة صعبة ترفع احساسك كوني شجاعة وستصلين لغرضك - للزوجات أن يبدلن مجهودا للمحافظة على الهدوء والوئام ، تحسين مطرد في العلاقات ، صحتك يلزمها الراحة والوحدة مفيدة لأعصابك ، في العمل ستنايلن نجاحا كبيرا هذا الشهر .

من ٢١ مارس الى ٢٠ أبريل

إذا استسلمت الافكار التي تملها عليك غيرتك استقضي على سعادتك بكثرة الخناقات والشك يجعل البيت جحيما ، ستزول هذه السحابة في النصف الثاني من الشهر - انك عصبية وفي حاجة للراحة .



من ٢٠ أبريل الى ٢٠ مايو

احترسي من خيالك ومن الاندفاع وراء هذا الحب الجديد الذي سيربك عقلك - كوني عاقلة وقاومي الاغراءات ولا تنسى واجبك - سحتك في حاجة لرعايتك - اذا كنت شجاعة ستظفرين بكسب كبير وتغمرك السعادة .

من ٢٠ مايو الى ٢٠ يونيو

إذا أخفيت شعورك النحيل ستظهرين بثوب الانانية وتفقدن حبه - وبالنسبة للمتزوجات سيسبب عدم تنازل الزوجة عن بعض مطالبها سوء تفاهم في العائلة ولكن ستعود الحياة الى مجاريها - تشعرين بانحطاط جسماني - لاحتفي عملية الهضم عندك .

ديبلوماسيتك ، وذكائك سيوصلانك لنصر كبير في عملك .



من ٢١ يونيو الى ٢٢ يولية

إذا استمررت في النظر للحب بمنظار احلامك ورغباتك لن تصلح للسعادة المرجوة لتحقيق آمالك - استعيني بأراء أشخاص واقعيين أكثر منك تجربة وفيها للحياة على حقيقتها وطبقي نصائحهم - قاومي الكسل حتى لا تشعري بالتعاسة . حادث في صالحك غير منتظر في العمل .

من ٢٢ يولية الى ٢٣ أغسطس

احذري تحمسك الغريزي حتى لا يقع منك خطأ يؤثر في حيك .

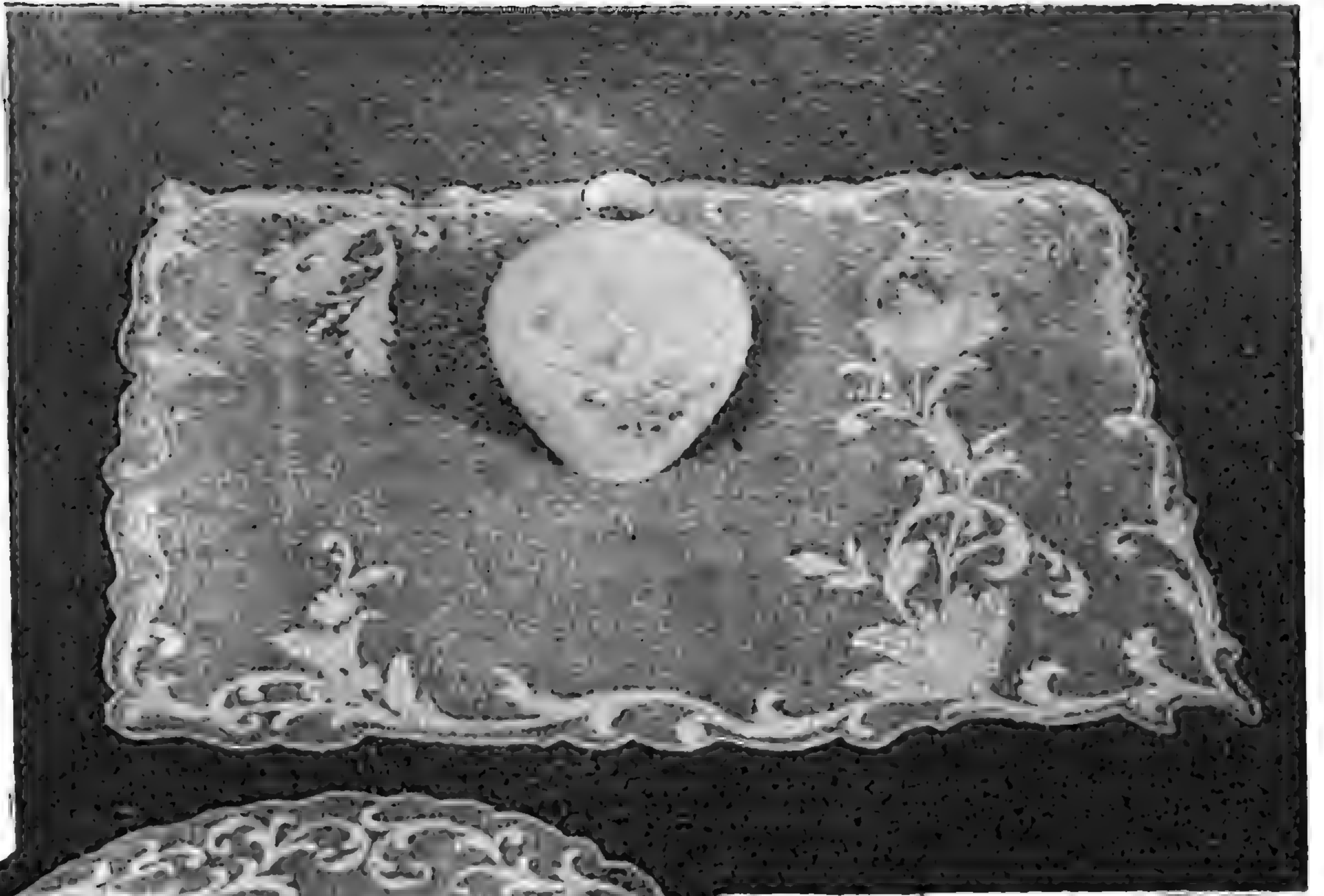
انت في حاجة الى ماكينة الخياطة المثالية

ميرفا كوفو

KOVO

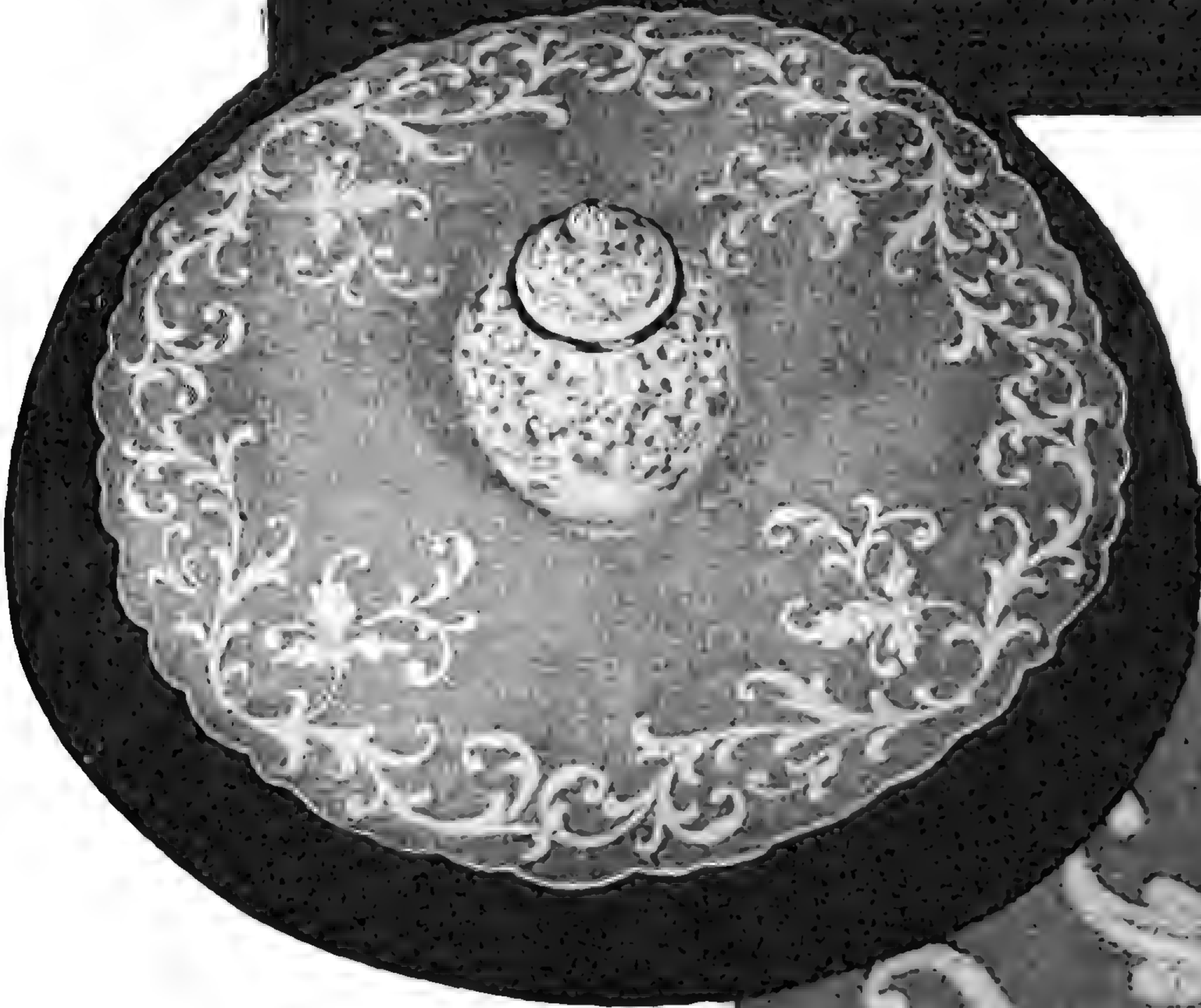


مفرش مستطيل  
متوسط الحجم من  
الأورجندى • يمكن  
سهولة نقل رسمه  
وشغله بغرزة الظل  
والخيوط المسحوب  
(فيل تيريه) والداير  
فستون يمكن  
استعماله لتراييزة  
الصالون أو في وسط  
ترييزة السفرة •  
ويمكن عمل نفس  
الرسم بحجم صغير  
تنفعك للصينية •



### مفرش وأباجورات

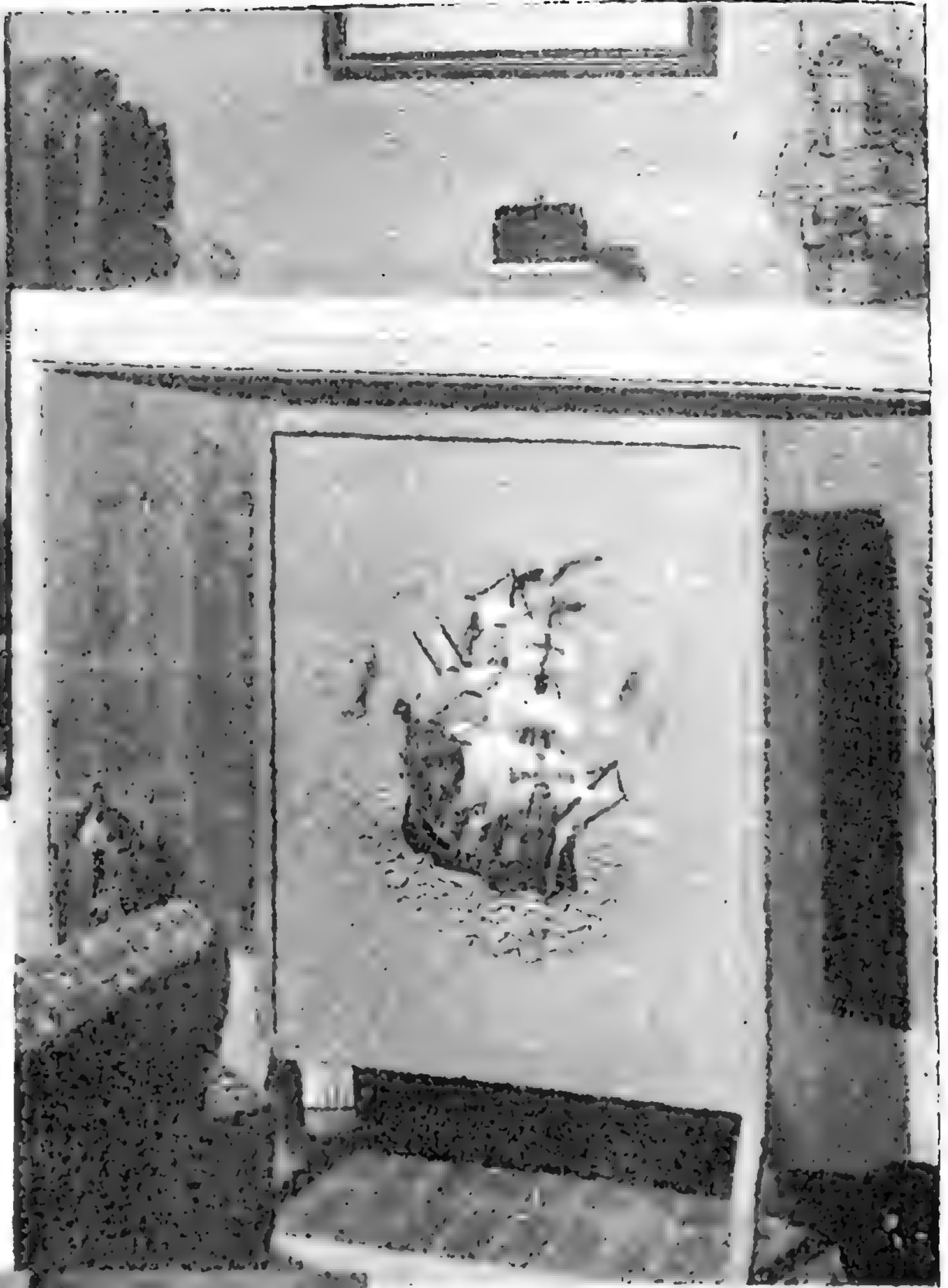
يمكنك أن تستغل أوقات فراغك  
بصنع مفرش وأباجورات وتابلوسومات  
وأباجورات وملابس لتزين بها  
منزلك واليك بعض الأشغال  
للمضية الوقت في البيت وعند  
صديقاتك وفي النادي •



مفرش مستدير من قماش الأورجندى • رسمه  
بديع ويمكن نقله بالاستعانة بالرسم الكبير على  
اليمين • ويلاحظ أنه مشغول بغرزة الظل والخش  
والخيوط المسحوب والداير غرزة فستون •  
ويستعمل لتراييزة مستديرة صغيرة بحجمه  
أو أكبر • ويمكن وضعه أيضا وسط تراييزة  
السفرة أو على البوفيهات والتسريجه •



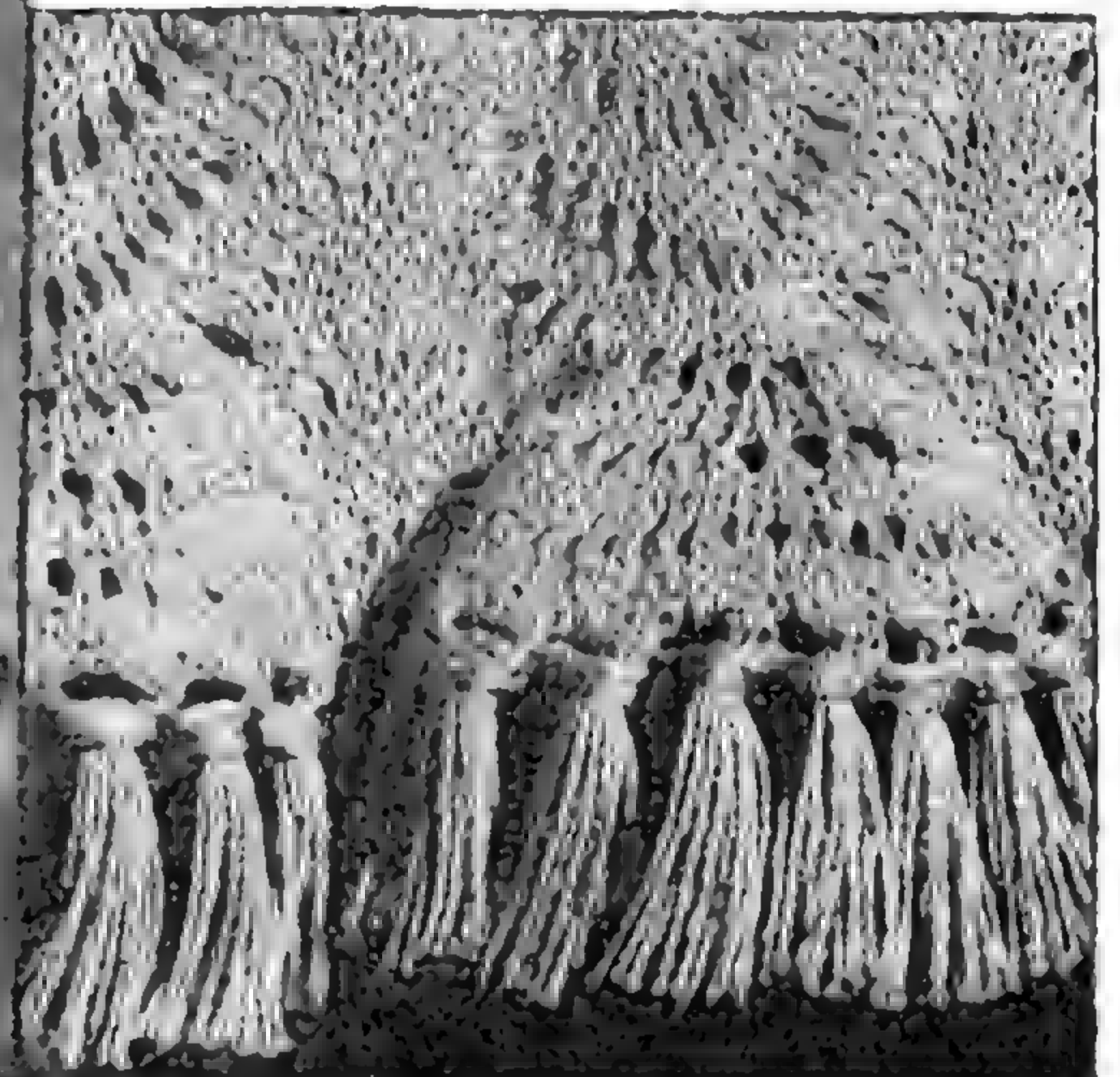




بأنوه جميل ومكانه رسم بالزيت • يصنع  
على قماش قتل سميك بيخ والشفل غرزة الحشو  
والفرع ( تيج ) اعملى شراع المركب بالابيض  
وجسم المركب بالاسود وخطوط البحر بالابيض  
والازرق • ويمكن عمل نفس الشغل والرسم  
لتابلوه يعلق بالمحائط •



يمكن عمل هذه الاباجورة بمنتهى السهولة  
سواء بالابرة الواحدة أو بالتريكو وتصنع من  
الخيط القطن أو الحرير ثم توضع على قاعدة  
حديد عليا وأخرى سفلى • ويمكنك عمل كل  
ذلك بنفسك وسمي بطرك بها فى غرفة النوم  
أو الانتزنة •







## ما كنت أنتى للطفل

### المواد اللازمة :

١١٢ جرام « ٤ شل » مسن  
صوف باتونز بيهاف فينجرنج -  
٤ فتل - المصنوع بطريقة بيهاف  
لمقاومة الانكماش والتمدد - ابرتان  
نمرة ١٢ وابرتان نمرة ١٠ ماركة  
بيهاف أو كوين بى - ٤ زراير .

المقاسات : المرض : ٥٣ ١/٨  
الطول من أعلى الكتف : ٣/٤  
سنتى - خياطة الكم ٢٠ سنتى .  
قوة الشد : ٧ غرز و ٩ سطور  
لكل ١/٢ ١/٢ سنتى مربع مسن  
الابرتين نمرة ١٠ بفرزة عادية .

الاصطلاحات : ع = غرزة معدولة  
م = غرزة مقلوبة .

### الامام

بالابرتين نمرة ١٢ ابدئى ٧٥  
بالابرتين نمرة ١٢ ابدئى ٧٥  
غرزة -  
السطر ١ : ٢ ع - ١ م -  
١ ع كررى من م الى اخر غرزة -  
١ ع

السطر ٢ : ٢ م - ١ م - كررى  
اشتغلى هذين السطرين ٩ مرات  
من م الى اخر غرزة - ١ ع .  
اشتغلى الى الابرتين نمرة ١٠٠  
اخرى .  
واشتغلى بمها الصنف الاول من  
الامام كالآتى :

السطر ١ : ٤٩ ع - اسلتى  
الغرزة الباقية على قطعة صوف  
واتركيها .

السطر ٢ : ٢ ع - م لآخر غرزة  
١ ع .

السطر ٣ : ٤٩ ع .

السطر ٤ : ٢ ع - م لآخر  
غرزة - ١ ع .

السطر ٥ : « التى تشتغل عليه  
العراوى » ٢٨ ع - اقفلى ٢ ع -  
لاخر ٤ غرز - اقفلى ٢ ع - ١ ع .

السطر ٦ : ٢ ع ابدئى غرزتين  
- ١٥ م - ابدئى غرزتين - م لآخر  
غرزة - ١ ع .

كررى السطرين ٣ و ٤ : ١٠  
مرات والسطرين ٥ و ٦ مرة ثم  
السطرين ٣ و ٤ مرة .

ابدئى المنحدر الامامى كالآتى :

السطر التالى : ع لآخر ٤ غرز  
- ٢ ع معا - اسلتى الغرزتين  
الباقيتين على دبوس انجليزى  
واتركيهما .

السطر التالى : ١ ع - م لآخر  
غرزة - ١ ع .

نقصى غرزة عند الحافة الامامية  
على السطر التالى واشتغلى سطرين  
ابدئى تكسيح حردة الباط وكمل  
تكسيم المنحدر الامامى كالآتى :

السطر ١ : اقفلى ٣ غرز -  
اشتغلى ع لآخر غرزتين - ٢ ع معا .  
السطر ٢ : ١ ع - م لآخر غرزة  
١ ع .

السطر ٣ : ٢ ع معا - ع لآخر  
غرزتين - ٢ ع معا .

السطر ٣ : ١ ع - م لآخر  
غرزتين - ٢ م معا .

السطران ٥ و ٦ : كالسرين ٣ و ٤  
وبذلك يكمل تكسيم حردة  
الباط .

× × استمرى بفرزة عادية -  
نقصى غرزة عند الحافة الامامية  
على السطر التالى وكل سطرين سطر  
الى أن تبقى ٢٠ غرزة .

استمرى على هذه الغرز الى أن  
يصبح مقياس الشغل ١ ١/٤  
سنتى من بداية تكسيم حردة الباط  
وانتهى عند حافة حردة الباط .

كسمى للكتف بأن تقفلى ١٠  
غرز عند بداية السطر التالى  
والسطر الذى يقع بعد الذى  
عليه .

### الياقة - الصنف الاول :

اسلتى غرزتين من الدبوس  
لانجليزى على الابرة نمرة ١٠  
ووجهى طرف الابرة الى الحافة  
المكسمة واستمرى بفرزة الـ  
« كل سطر ع » على هذه الغرز -  
زودى غرزة عند بداية السطر التالى  
وكل سطر رابع تال الى أن تبقى  
٤ غرز على الابرة - ثم كل سطر  
سادس تال الى أن تبقى ١١ غرزة  
على الابرة .

استمرى على هذه الغرز الى أن  
يصح مقياس الشغل ١ ١/٤  
سنتى « غير مشدود » من بداية  
الياقة .  
اقفلى .

اسلتى ٢٦ غرزة المتروكة على  
الصوف على الابرة نمرة ١٢ -  
لناحية الحافة الداخلية - ابدئى  
٢٣ غرزة .

استغلى الابرتين نمرة ١٠  
استمرى للصنف الثانى من الامام  
كالآتى :

السطر ١ : ع .

السطر ٢ : ١ ع - م لآخر  
غرزتين - ٢ ع .  
اشتغلى هذين السطرين ١٢ مرة  
اخرى ثم السطر ١ مرة .

السطر الثانى : ١ ع - م لآخر  
٣ غرز - ١ ع - اسلتى الغرزتين  
الاخيرتين على دبوس انجليزى  
واتركيهما .

استمرى المنحدر الامامى كالآتى :  
السطر التالى : ٢ ع معا - ع  
لآخر .

السطر التالى : ١ ع - م لآخر  
غرزة - ١ ع .

نقصى غرزة عند الحافة الامامية  
على السطر التالى والسطر الذى يقع  
بعد الذى يليه - اشتغلى ٣ سطور .

ابدئى تكسيم حردة الباط  
واستمرى المنحدر الامامى وكسمى  
كالآتى :

السطر ١ : اقفلى ٣ غرز - م  
لاخر غرزة - ١ ع .

السطر ٢ : ٢ ع معا - ع لآخر  
غرزتين - ٢ ع معا .

السطر ٣ : ٢ ع معا - م لآخر  
غرزة - ١ ع .

كررى السطرين ٢ و ٣ مرة .  
كمل كما فعلت للنصف الاول  
من الامام بأن تشتغلى من × ×  
للاخر .

### الياقة - النصف الثانى

اسلتى غرزتين من الدبوس  
لانجليزى على ابرة نمرة ١٠ ووجهى  
الطرف الى الحافة المكسمة .

السطر ١ : ع .

السطر ٢ : زودى فى أول غرزة  
- ١ ع - اشتغلى ٣ سطور ع .

### بنو النيل

بجملته نائية اجتماعية أدبية  
تصدر أول كتاب شهر  
صاحبها د. يوسف حريها

### الكوترة درية شفيق

الطبعة ٤٨١ شارع قصر النيل القاهرة  
تليفون ٤٩٦٦٨ - ٤٠٦٨٤  
الطبعة الاولى

١٠٠ في مصر والسودان  
١٥٠ في البلاد العربية  
٢٠٠ في الخارج : انجلترا ، ليبيا ،



المسطور التالي : ١ ع - زودي  
في الفرزة التالية - ١ ع  
اشتقيل ٣ مسطور ع

المستطير التالي : اشتغلي ع لآخر  
غزوتين - زودي في الفرزة التالية  
- ١ ع

اشتمل ٣ سطور ع .  
اشتمل السطور الاربعة الاخيرة  
٣ مرات أخرى « ٨ غرز » .  
والان زودى غرزة عند طرف  
السطر التالى وكل سطر سادس  
قال الى أن تكون ١١ غرزة على  
الابرة .

٢ - اکوی کل الخیاطات - ما  
عدا المضلعة بمکواة ساخنة وقطعة  
قماش مبللة .

# وہنجہا وسے

طراز حجم کبیر  
۱ حصان، ۱ ۱/۲ حصان، ۲ حصان

ز. و. لافالون وشرکاه

القاهرة : ١٦ شارع الجورمته - (التونيفيك) ت ٤٦٧٥٧  
الاسكندرية : ٢٨ شارع هلال الدين ت ٣٤٢٢٢

عما فی حیضاً "House of Light".

ان اجهزة داروات التجريبية وستيفن واريس عمل مكان الصدارة منذ ٦٥ عاماً وثبت  
كفاءة منقطة النظرية في كل انحاء العالم .  
تفضلوا بطلب استشارة في تركيب الهوائيات الهلالية المركزية  
وستيفن واريس يقدم جميع الطقم الكابلي الخاصة التي تحمل صفها الى ٢٠ محطات

استعملى الابريسين نمرة ١٢  
وابدئى ٧٥ غرزة • اشتغل الضلع  
كما فعلت فى الامام \*

انتقل الى الابرتين نمرة ١٠ واستمرى في غرزة عادية كالانى :

البسطري ١ : ع

السطر ١ : ع .

المستطابق ٢ : ٢ ع - م لآخر

غزوة - ١ ع

اشتغلي هذين السطرين ١٦ مرة  
اخرى

كسمى لحددي الباط بسان  
تغلي ٣ غرز عند بداية السطرين  
التاليين - نقص غرزة عند كل من  
طرفي كل سطر الى أن تبقى ٦١  
غرزة .

استمرى على هذه الغزير الى أن  
يصبح مقياس الشغل كمقاسه عند  
ناحيته الامام لفاية تكسيم  
الكثف .

كسمى للكتفين بأو تقفلى ١٠  
غرز عند بداية السطور العشرة  
التالية .

## الكيمان

استعملى الابريين نمرة ١٢  
وابدئى بهما ٣٨ غرزة - اشتغل  
مضلع ا ع - ا م مساحة ١/٢ ٤  
مستوى

السطر التالي : ٣ مضلع « زودي  
في الغرزة التالية - ٣ مضلع «  
٨ مرات - زودي في الغرزة التالية  
- مضلع للآخر « ٧ غرزة » •

انتقل الى الابرتين نمرة ١٠  
واستمرى في غرزة عادية وكالسابق  
زودي غرزة عند كل من طرفي  
السطر ١١ وكل سطر عاشر تال  
الى أن تتكون ٥٥ غرزة على الابرة ٠



# المنزل المنظم عنوانات ذوقك



وفي هذه الصورة  
صالون بسيط وجمل  
في نفس الوقت مكون  
من ثلاث قطع لا غير ،  
هذه مقياس الصالونات  
التي تتكون من عشر  
وعشرين قطعة ، وتبدو  
معها الظفرة واسعة  
برغم سمورها ، ولاحظ  
أن الصالون مفتوحا على  
غرفة الطعام فلا يوجد  
أي فاصل بينهما



١ - دواليب الخشب  
على جدران  
الصالون تمكنك  
وتمكن روحك  
من الاطلاع





٣ - التبريد  
البيطة الانية في  
غرفة النوم السى  
جانب الشباك



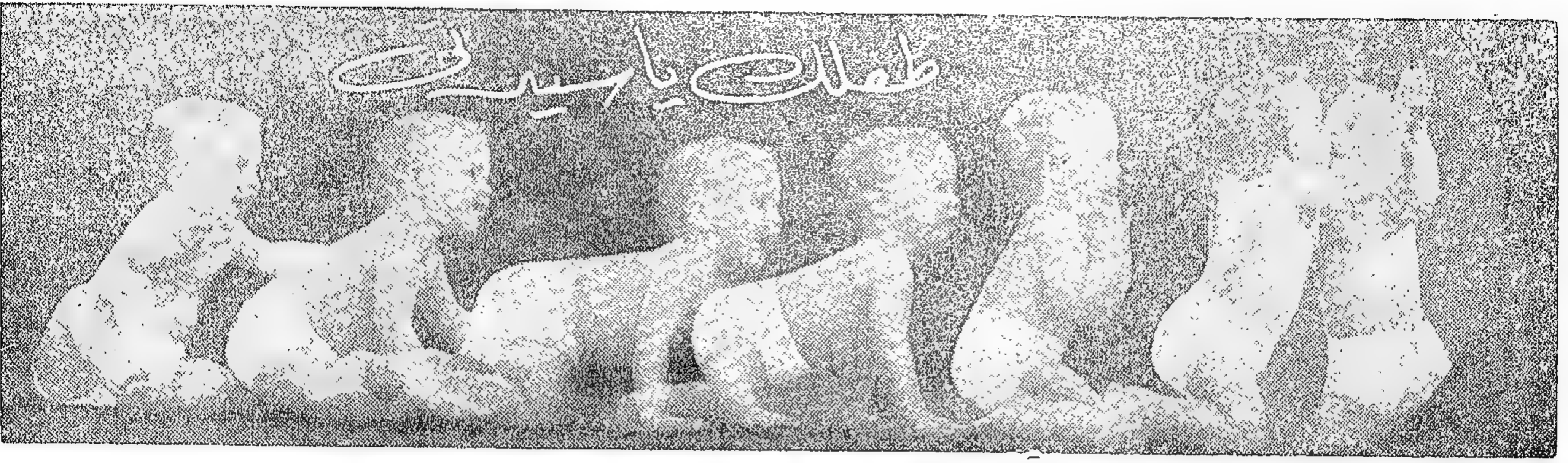
٤ - اما السرير فهو اخر موديل دون قاعدة  
خشبية عند نهايته مما يضى جمالا وسمة على  
غرفة نومك والى جانبه كرسى صغير الحجم  
ايضا



لا تكتمل أناقة المرأة الا بأناقة  
منزلها وحسن تنسيقه بذوق سليم  
واليك بعض نماذج لتنسيق  
الاثاث في الغرف الضيقة من المنازل  
الحديثة .

٥ - بهو صغير يستعمل في نفس الوقت  
كسكرتير للكتابة والاحتفاظ بالاوراق الصغيرة





وقد تفلح محاولة جعل الطفل يأكل الأشياء التي لا يحبها بخلطها بطعام يحبه ولكنها - أيضا - قد تجعل الطفل يرفض تناول ما كان يحبه قبلًا . . . .

وفي بعض الأحيان قد تكون قلة أكل الأطفال راجعة إلى عوامل مرضية . . . فإذا ما نقصت شهية طفلك للطعام فجأة وجب عليك عدم الإلحاح عليه بالطعام . . . .

قدمي إليه ماء أو عصير فاكهة بينما تنتظرين عودة قابليته للطعام أو ظهور أعراض مرضية أوضح . . . .

وبعض الأطفال عندهم إحساس قوي ضد الأطعمة غير الناعمة مثل المربي ، وغيرها يرفض بشدة الأطعمة اللزجة مثل الكريمة فإذا ظهر على طفلك شيء من هذا ، أتركه هذا النوع من الطعام أو ذاك لفترة من الوقت . . . وغالبا ستجدينه يقبله إذا قدمته إليه بعد وقت قصير . . . وعند ما يستطيع طفلك أن يجلس جيدا وبمفرده فمن المستحسن أن تجلسيه على كرسي أثناء طعامه بدلا من وضعه على حجر . . . .

ولا تنسى انه إذا انتظمت مواعيد غذاء الطفل فان نومه سيتبع نظاما مناسبًا . . . .

ولا يقلق نوم الطفل في شهوره الأولى الأصوات العادية ، ولكنه عندما يكبر ويزداد ادراكا لما حواليه يكون أكثر عرضة للإحساس أم مجربة

تمنعيه . . . فالوز والبسلة والجزر المطبوخ يمكنه أكلها بأصابه . . . ولكن إذا ابتدأ يلعب بالأكل بأصابه ويلطخ به كرسيه فهنا ابعدى الطعام عن متناول يديه . . . وعند نهاية السنة الأولى من عمر طفلك قد تلاحظين نقصا في شهيته ولكن لا تدعى هذا يزعجك وتذكرى أن سرعة نموه آخذة في الإبطاء ، وقد لا يحتاج لكميات كبيرة نسبيا كما تعود عندما كان نموه أسرع . . . .

والإلحاح بالطعام على الطفل الذي يأكل أقل مما تظنين أنه يجب أن يأكل سيسبب مشكلة قد تؤدي إلى رفضه تناول الطعام إطلاقا . . . .

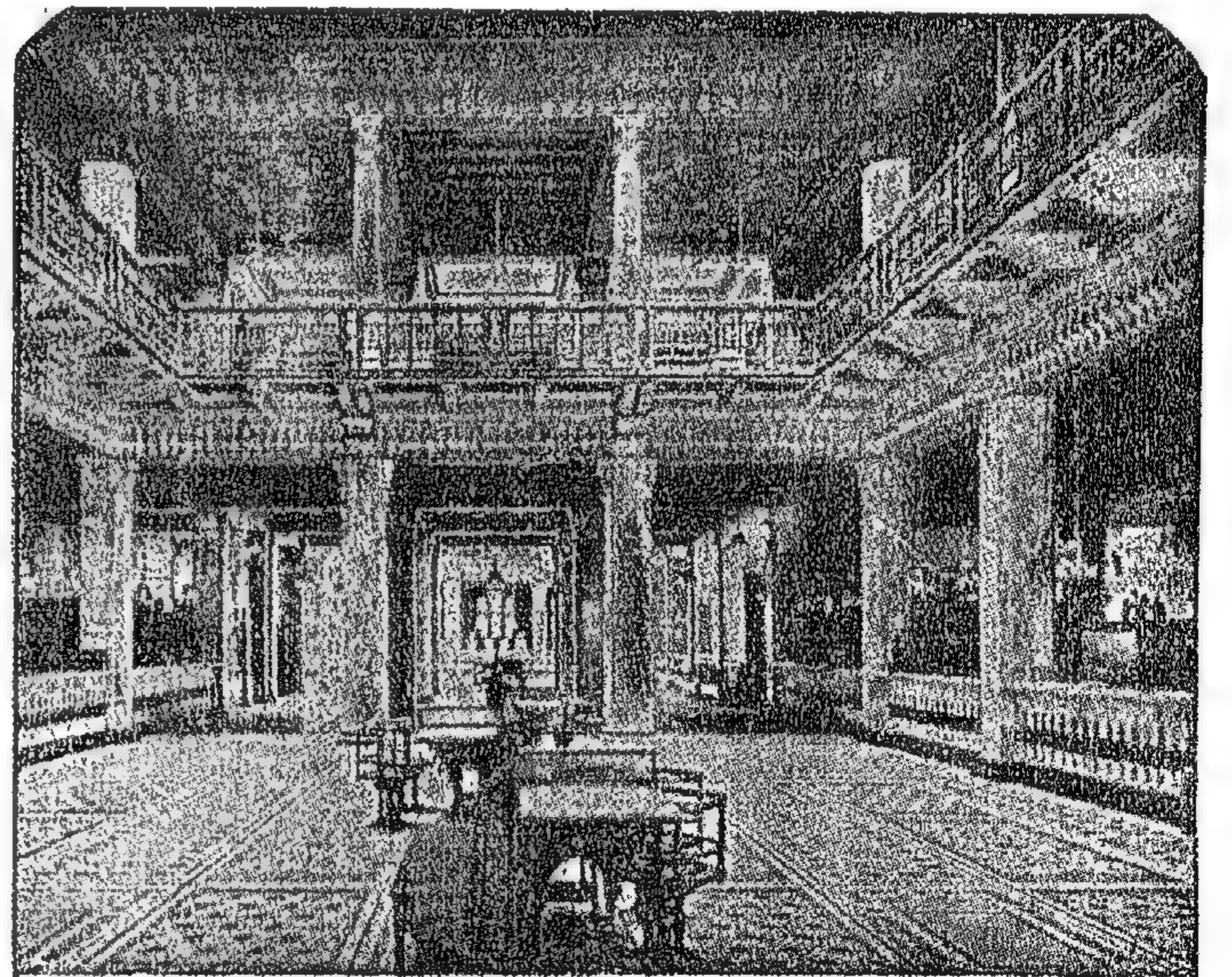
هذا ولا تنسى اختلاف شهية الأطفال . . . فبعضهم يأكل كثيرا والبعض يأكل قليلا . . . ولا تتوقعي أن يأخذ طفلك نفس المقدار في أكلاته الثلاث . . . .

وقد لا يستطيع طفلك أطعام نفسه كاملا حتى يبلغ ثمانية عشر شهرا ، ولكنه يستطيع أن يعمل أشياء كثيرة عند نهاية العام الأول . . . وأثناء تعلمه أطعام نفسه قد تطول مدة أكله ولذلك ننصحك باستعمال طبق عميق لكي يحفظ الأكل دافئا بعض الشيء . . . .

والأطباق والفناجين المصنوعة من البلاستيك تساعد في منع الكسر . . . والأطفال والأولاد الصغار يفضلون أكل كل الصنف المقدم لهم قبل البدء في غيره

وإذا رفضت السماح لطفلك بمحاولة استعمال الملعقة سيؤدي ذلك في الغالب إلى رفضه تناول الأكل الذي تقدمينه إليه . . . ولا ريب أن الأمر سيحتاج إلى وقت طويل حتى يتعلم طفلك وضع الملعقة في فمه كما يجب . . . وسيصل إلى فم الطفل أقل من القليل من الطعام الموضوع في الملعقة . . . وعلى هذا إذا أراد أن يستعمل أصابعه بدل الملعقة - وسيستعملها - فلا

كثير من الأطفال يظهرون رغبتهم في أن يأكلوا بأنفسهم قبل أن يتموا السنة الأولى من أعمارهم . . فإذا أراد طفلك أن يمسك بالملعقة عندما تطعميه دعيه يأخذ ملعقة صغيرة حتى يستطيع أن يمارس رغبتة . . . . والشئ الطبيعي هو أن محاولاته الأولى ستكون متعثرة وستضايقك ولكن تشجيع الطفل لعمل أشياء من أجل نفسه سيعوضك سريعا عن هذا التعب . . . .



ساحة توت

بنك مصر  
البناء الذي رفعت العزة المصرية  
وعامتها في الاستقلال الاقتصادي  
مؤسس شركاتها القومية  
منشئ الصناعات الكبرى  
يشمل نشاطه كل الأعمال المصرفية  
قروضه بعواصم المديريات ومدنها الكبرى  
وكلاؤه ومراسلوه في كل بلاد الخارج .



# بنت النبل

## في سون منلك

### كيفية استعمال حلة الطهى السريعة :

اشتريت حلة الطهى السريعة التى تطهو الطعام فى ٥ أو عشرة دقائق ولكنى لاحظت أن الخضر التى تطهى فيها غير لذيذة وليس لها طعم فما سبب ذلك ؟

ج - لكى تحصل على نتيجة ناجحة فى طهو خضرواتك فى الحلة السريعة يلزمك ملاحظة النقاط الآتية :

١ - اذا استعملت الخضر صحيحة فى الطهى مثل البطاطس أو الجزر فيجب أن تكون كلها بحجم واحد حتى لا يطهى البعض دون الآخر واذا كانت مقطعة فلاحظى أن تكون جميع القطع حجم واحد .

٢ - كونى دقيقة جدا فى ضبط المدة اللازمة لطهى الخضروات وهذه المدة تختلف باختلاف حجم قطع الخضروات ونوعها .

٣ - ضعى مع الخضر الكمية الكافية من الماء وكذلك اضبطى الطعم بالملح والفلفل فعلى ذلك يتوقف لذة ونكهة الطعام المطهو فى هذه الحلة .

عندما ينتهى الوقت تنزع من على النار واتركيها مغطاة حتى يهدأ الضغط تماما فلذلك أكبر الاثر فى تكوين نكهة الطام .

### طريقة حفظ البيض

س ١ - وصلتني كمية كبيرة من البيض واخشى ان ينفد فهل من طريقة لحفظه مدة طويلة ؟

ج - البيض لا يفسد بسرعة فى فصل الشتاء ولكن للزيادة فى الاحتراس يمكنك أن تحفظيه لمدة طويلة بدهن قشرته بشمع سائح لسد المسام الموجودة بالقشر فلا يتسرب اليه الهواء ويفسده وكذا احفظيه فى سلة من السلك فى مكان متجدد الهواء .

### طريقة دهان خشب الاراضى الابيض

اريد ان ادهن خشب حجرة الصالون والنوم باون الباركيه فهل يمكنى عمل ذلك بنفسى وكيف ؟

هذه عملية سهلة ميسورة لكنها تتطلب منك الصبر والمهارة ، فأذيبى مقدار أوقيتين من حشا جوز فى مقدار نصف جردل من الماء الساخن وهذه الكمية تعطيك لونا بنيا قاتما للخشب فاذا رغبت أن يكون اللون فاتحا فأزيدى كمية الماء للدرجة التى ترغبينها ، ثم اغسلى أرض الحجره غسلا جيدا لازالة أى أثر المقدارة أو الورنيش القديم ، واتركيها تجف . ثم ابدئي بدهنها بواسطة قطعة قماش سميكة مصنوعة على هيئة وسادة ولاحظى أن تلبس قفاز من الكاوتشوك أثناء هذه العملية حتى لا تلتصق الصبغة بأصابعك . وادهنى الأرض دهنا جيدا متناسقا فى جميع الجهات واتركيها تجف لليوم الثانى فاذا لم تكن النتيجة كما ترغبين فأعيدى دهنها . واتركيها تجف لليوم الثانى - ثم ادهنى الأرض بعد ذلك بكمية كبيرة من ورنيش الأرضية المعروفة بدرجة يتشبع بها الخشب واتركى الأرض تتشبع بالورنيش ثم لمعيها بالدعك الجيد القوي بقطعة قماش غليظ حتى يلعب .

لا يسيطر على الموقف الا من واجه الحقيقة بشجاعة مهما كانت مؤلة وقاسية .  
• التهرب منها يعطيها فرصة طعنك من الخلف .

اجريت مسابقة فى أمريكا عن « ما هو احسن شئ يفسدك فى المطبخ » فأجابت احدها « (زوجي) » وكانت الفائزة الاولى . فهل انت زوج أمريكانى .

يحتاج اغلب الرجال لامرأتين فى حياتهم : سكرتيرة لتدوين كل شئ وزوجة لتنظيم كل شئ .

مهما تناولت من ادوية لا يمكنك أن تمشى أسرع من رجل يعمل لزوجته رجيم لتنقيص وزنها .

ان حرصت على عدم النوم وانت على عجلة القيادة اثناء السفر ليلا فاصطحب زوجتك معك .  
• خناقة خفيفة وانت تفوق .

يقول مثل هندي « ارتظام السعادة الزوجية بصخرة لا يكسرهما وانما الطوب الصيفى هو الذى يقضى عليها » .

قال صموئيل جونسون « الحياة لا تتحمل التأخير تمتع بكل متعة تقابلك . كل ساعة تمضى من حياتنا تسرق منا السعادة وتبرد رغباتنا »

قال الكاتب الفرنسى الكبير فى كتابه « هي » سواء اكان حب الام أو حب الابن أو حب الزوجين أو حب العاشقين كل حب جميل فهو يخرجنا من أنانيتنا ويجعلنا لا نفكر الا فى شئ واحد « سعادة من نحب » .

سئل صديق اين ستقضى بعد الظهر ، فأجاب « لست أدري بعد فأننى اود قضاءها فى النادى وزوجتى تريد الذهاب للسينما » فقال له صديقه « ارجو ان تعرفنى اذا كان الفيلم الذى ستشاهدانه جميلا »

تكره المرأة النقود ولذلك تبادر بصرف كل مبلغ يقع تحت يديها .

من المعروف أن الحب اعمى ولكن الكبرياء اعمى من الحب .



اذا قلت لامرأة انها جميلة سرت من قولك ولكنها تشك فى مدى صدقك فى نفس الوقت .  
• اما اذا قلت لها انها أجمل من فلانة وفلانة من صديقاتها تأكد انها ستصدقك ولن تشك فى وصفك لجمالها .

يبحث الرجل دائما عن الفرصة التى تتيح له اداء دور المنقذ امام النساء .

يظن بعض الرجال انهم مخلوقون للكلام والنساء عليهن الاصفاء فقط .

سئل فنان كبير ما هى مقومات النجاح والنبوغ فى الحياة فأجاب « خمسة اشياء فن وخيال ونشاط وقوة ارادة . . وامرأة غنية » .

ارسل جان كلود وكان شاعرا « فقيرا » لحبيته زهرة ومعها الكلمة الآتية « من أعماق قلبى وأعماق حافظتى »

جمال المرأة وذكائها لا يجذب الرجال بقدر ما يجذبهم قدرتها على بعث السعادة حولها برقة واتزان .

تتردد المرأة قبل أن تتخذ قرارا فاذا ما اتخذت قرارها لم تغيره مهما كلفها الامر . اما الرجل فيتخذ قراره دون تردد ويرجع عنه مهما كلفه الامر .

عندما تتزوج المرأة ينتابها قلق هل تزوجت بمن يمكنها الائتمان اليه على مستقبلها

أى شئ يستهوى خيال الرجل ما دام هذا الشئ يتعلق بالمرأة



# مطبخ والمائدة

- ٣ - أضيفي الكمية اللازمة من الماء وتترك على النار حتى تغلي ثم تضاف الباميا المقطعة وتترك على النار الهادئة حتى تنضج وتتسبك .
- ٤ - دقي باقي التوم مع الكزبرة ويحمر في كمية من السمن ثم تضاف هذه التقلية للباميا .
- ٥ - تغرف وتقدم ساخنة .

## عجة البطاطس

- مغذية سهلة العمل وغذاء سهل الهضم لاطفالك
- المقادير :**

- بيضتان - فنجان شاي بطاطس مسلوقة مهروسة -
- نصف ملعقة صغيرة مقدونس مفروم - ملعقة شوربة لبن -
- ملح وفلفل - لحم عصاج اذا رغبت ذلك وقد يستغنى عنه سمن للتحمير .
- الطريقة :**

- ١ - اسلقي البطاطس ثم اهرسيه جيدا من مضغاة سلك أو بهراسه البطاطس الخاصة .
- ٢ - افصلي صفار البيض عن زلانه ثم أضيفي الصفار الى مقدار البطاطس المهروس ثم أضيفي المقدونس المفروم والملح والفلفل واللبن وامزجي الجميع مزجا تاما واضبطي الطعم .
- ٣ - اضربي زلال البيض جيدا حتى يتجمد ثم يضاف الى الخليط السابق ويخلط بخفة جدا .
- ٤ - أقدحي مقدار من السمن في صينية أو طاسة تحمير حسب المقدار الموجود عندك ثم صبي فيه الخليط وحركيه على نار هادئة حتى يحمر القاع ثم ادخليها في فرن هادئ حتى يحمر الوجه .
- ٥ - تقدم للاكل ساخنة بعد قلبها فوق طبق صيني مسطح وتزركش بقطعة مقدونس .
- ٦ - اذا رغبت في حشوها باللحم العصاج المتبل بالملح والفلفل في وسطها وتطوى الى نصفين وذلك بعد نضجها مباشرة وهي لا تزال ساخنة ثم تقدم .

## كفتة الجمبرى بالارز

### المقادير :

- أقة جمبرى - ملعقتان كبيرتان أرز مدقوق ومنخول -
- بصلة كبيرة مفرومة - ملعقة كبيرة عصير ليمون - ملح
- وفلفل - قليل من المقدونس المفروم - ملح وفلفل وبهار -
- قليل جدا من الثوم المفروم - زيت للتحمير .
- الطريقة**

## صحنه ليم

باميا ويكة بدون لحم وطماطم  
سلطة طماطم  
فالودج بالنشأ

باميا ويكة بدون لحم : صنف اقتصادي لذيد الطعم  
المقادير :

- رطلان باميا - بصلة صغيرة - سدس رأس توم - ملح
- وفلفل - قليل من الكزبرة المدقوقة - سمن .
- الطريقة :**
- ١ - اغسلي الباميا وقمعيها كالمعتاد ثم قطعيها الى قطع رفيعة .
- ٢ - افرمي البصلة وحمرها في السمن الى أن يصفر لونها ثم أضيفي اليها جزء من التوم بعد دقه ويكمل مرحلة التحمير حتى تحمر البصلة .



للمتزوجين  
والمتروجات  
ومنهم على أهبة الزواج

يرم جميع الاطعم ومن لهم على  
أهبة الزواج أن يطعموا على  
الخدمة الصغيرة من اكلهم

# مسنووين

وهي ترسل مجاناً  
عند طلبها من :

شركة النيل التجارية قسم ك ص.ب ٦٦٣ بالقاهرة



# مواقد أفران الطهي

## تعمل بالبوتاباز



مزايها

- ضابط التوماتيكي للتحكم في حرارة الفرن
- الفرن مريب بحيث يفرز الحرارة عن الخارج
- طهي بطبقه مضادة للصدا
- ساعة كهربائية ذات جرس تنبيه
- ابواب زجاجية للفرن تغلق بمحرك
- شعيرة قوية موزعة بنظام مريبي

المكشوف والمحمرون

# شركة الجابري

ابراهيم وصديق مبارك الجابري

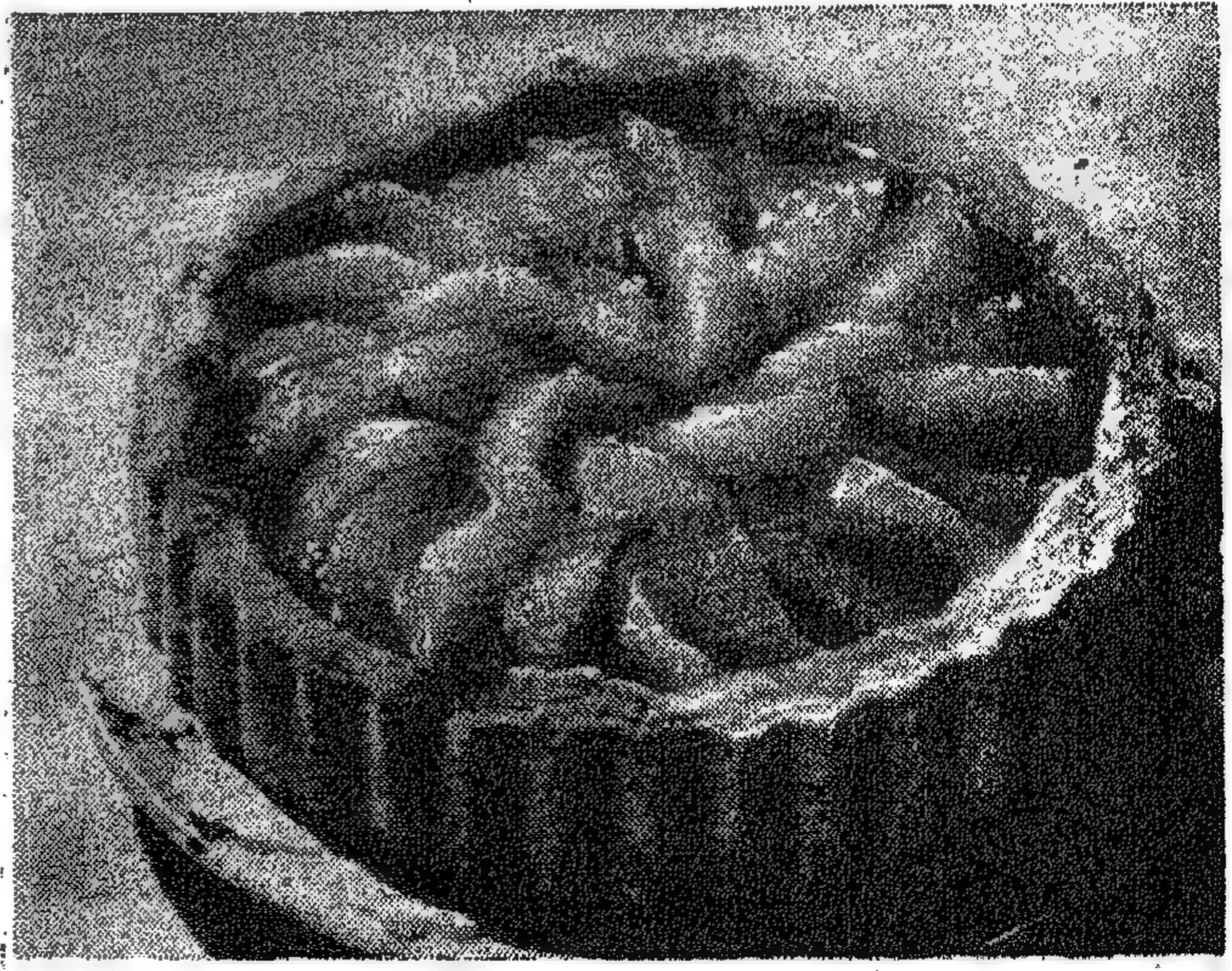
القاهرة: ٥١ شارع الجمهورية ٤١١٥٩ / ٧٥٢٧٩ / ٥٨٩٩١  
 الإسكندرية: ١١ شارع فؤاد الأول ٢٧٦٨١

- ١ - اغسلي الجمبري وضعيه في حلة ومعه البصلة المفرومة والكمون المدقوق وعصير الليمون والملح والفلفل وارفعيه على النار الهادئة بدون أى ماء وغطى الاناء واتركي الجمبري هكذا حتى يسلق مع تقلبيه من آن لآخر ، واتركيه حتى ينضج .
- ٢ - قشري الجمبري ونظفيه تماما ثم افرميه بمفرمة اللحم .
- ٣ - ضعي الجمبري في الهاون ويدق مع اضافة قليل من الارز وقليل من الماء بالتبادل أثناء الدق ، وذلك حتى ينتهي مقدار الارز وتحصلي على عجينة لينة سهلة التشكيل كما في كفتة اللحم . وسبب استعمال الماء أثناء الدق مع الارز هو لسهولة تكوين هذه العجينة نظرا لان الجمبري جاف وكذلك الارز ، ولذلك وجب ان تكون اضافته بالتدريج .
- ٤ - اضيفي المقدونس المفروم وكذلك الثوم والملح والفلفل والبهار الى الكفتة وأعيدى دقها حتى تختلط التوابل والمقدونس بها جيدا .
- ٥ - شكلي الكفتة على شكل أصابع حمريها في الزيت .
- ٦ - عند التقديم ترصى طبق مسطح وتزخرف بالمقدونس وحلقات الليمون وتقدم ساخنة أو باردة حسب الرغبة .

## تورقة طين الفطير بالفاكهة

- سهلة العمل ، لذيذة الطعم فضلا عن جمال منظرها
- المقادير :  
 نصف رطل دقيق - ٣٥ أوقية زبدة - ملعقة صغيرة سكر - صفار بيضة - ماء بارد للعجن - علبة مشمش محفوظ - ملعقتان مربى
- الطريقة :

- ١ - اعملي الفطيرة أولا بنخل الدقيق ثم ضعيه في سلطانية وأضيفي اليه الزبدة وقطعيها في الدقيق بسكين الى قطع صغيرة وتفرك بأطراف الاصابع حتى تختفي الزبدة ويتحول الدقيق الى فتات رقيقة ثم اضيفي السكر .
- ٢ - اضربي صفار البيض ضربا خفيفا ويضاف الى الدقيق ويعجن الدقيق مع اضافة قليل جدا من الماء البارد حتى تحصلي على عجينة يابسة .





## طعامك في سبتمبر

السبت ٨ سبتمبر  
مسقعة باذنجان بدون لحم ،  
أرز مفلفل ، سلطة زبادى ،  
فاكهة



الاثنين ٩ سبتمبر  
سمك مقل ، كزبرية السمك  
سلطة طحينة ، فاكهة



الاثنين ١٠ سبتمبر  
فاصوليا جافة مكمورة بدون  
لحم ، أرز مفلفل ، سلطة  
خضار ، فاكهة



الثلاثاء ١١ سبتمبر  
دقية باميا ، أرز مفلفل ،  
سلطة خيار ، فاكهة



الاربعاء ١٢ سبتمبر  
بطاطس مكمور بدون لحم ،  
أرز مفلفل ، سلطة خيار ،  
فاكهة



الخميس ١٣ سبتمبر  
صينية الباذنجان بالبشاميل  
أرز مفلفل بصلصة طماطم ،  
سلطة خضار ، فاكهة



الجمعة ١٤ سبتمبر  
فراخ محمرة ، كشك ، أرز  
مفلفل ، سلطة خضار ، فاكهة



السبت ١٥ سبتمبر  
ترلى ، مكزونة اسباجتى ،  
سلطة خيار ، فاكهة



السبت أول سبتمبر  
لحم بالدمعة ، ملوخية خضراء  
أرز مفلفل ، فاكهة



الاثنين ٢ سبتمبر  
فاصوليا خضراء مكمورة ،  
أرز مفلفل ، مخلل ، فاكهة



الاثنين ٣ سبتمبر  
باميا ويكة بدون لحم ، أرز  
مفلفل ، سلطة طماطم ،  
فالوزج



الثلاثاء ٤ سبتمبر  
صينية بطاطس باللحم ،  
مكرونة اسباجتى ، سلطة  
خضار ، فاكهة



الاربعاء ٥ سبتمبر  
كوسة مكمورة ، أرز مفلفل  
سلطة خضار ، فاكهة



الخميس ٦ سبتمبر  
لوزيا خضراء مكمورة ، أرز  
مفلفل ، مخلل ، فاكهة



الجمعة ٧ سبتمبر  
كفتة اللحم بالدمعة ،  
باذنجان أبيض محشو ،  
سلطة خيار ، فاكهة



٣ - ضعى العجينة فوق لوح مرشوش بالدقيق وبخفة  
جدا حتى تحصلى على عجينة ملساء ثم افردوها على شكل  
مستدير فى حجم القالب الموجود عندك ولا يقل سمك  
العجينة عن نصف بوصة .

٤ - ادهنى صينية مستديرة مزخرفة الجوانب دهنا جيدا  
بالسمن ثم ضعى فيها العجينة المفرودة وتساوى بخفة  
ومهارة بشرط أن تكون مستديرة داخل الصينية وتأخذ  
شكلها تماما ثم اعملى بقاعها عدة ثقب رقيقة بالشوكة .

٥ - ادهنى ورقة زبدة مستديرة بالسمن ثم وتوضع فوق  
العجينة والوجه المدهون ملاصق للعجينة وضعى فوقها قليل  
من حبات الارز أو الفول وذلك تكى تضغط عليها أثناء الخبز  
وتمنعها من الارتفاع .

٦ - ضعيها فى فرن متوسط الحرارة لمدة ربع ساعة حتى  
تنضج الفطيرة .

٧ - أزيل ورقة الزبدة بما عليها من الحبوب واقلبى  
الفطيرة بكل خفة فوق منخل سلك واتركها حتى تبرد  
تماما .

٨ - ضعى مقدار من المربى فى القاع وتفرّد فيه جيدا .  
قطعى وحدات الشمس المحفوظة الى شكل فصوص البرتقال  
ثم رصيه فوق المربى بشكل هندسى جميل كما هو موضح  
بالرسم . أو يوضع أنصاف كما هو حول المربى . ويزخرف  
حوله بوردات رقيقة من الكريمة المحفوظة .

٩ - عند التقديم توضع التورotte فوق طبق بللورى مسطح  
مفروش بورقة دانتيل .

## طريقة تحضير الخضار باللحم جوني

إذا أردت أن تحضرى طبقا شهيا لذيذا باللحم « جوني »  
مع أى نوع من أنواع الخضار البطاطس مثلا أو الباذنجان  
أو الفاصوليا أو اللوبيا أو السبانخ أو الخرشوف أو أى  
صنف آخر من أصناف الخضار أو المكرونا أو الارز فاتبعى  
التعليمات الآتية :

١ - حضرى الخضار كالعادة مع استعمال الطماطم أو  
الصلصة .

٢ - قبل نضج الخضار تماما أضيفى اليه اللحم الموجود  
فى علبة « جوني » واتركى الجميع على النار لمدة دقيقة واحدة  
ثم اطفئى النار

٣ - بهذه العملية تجددين لديك طبقا لذيذا شهيا ممتعا  
من لحم جوني بالخضار

٤ - وعلى جمال هذا الطبق الشهى فانه لا يكلف ربة  
لبيت كثيرا من النفقات فعلمة لحم (جوني) اذا أضيفت الى  
نصف كيلو من الخضار تكفى لغذاء أربعة أفراد

علبة اللحم « جوني » رخيصة الثمن شهية لذيدة الطعم  
فضلا عن أنها تجمع كل مميزات اللحم الطازج ومعبأ على أنه  
مطبوخ وما عليك الا تسخينه فقط .

جربى وأنت واثقة لحم « جوني » مع جميع أنواع الخضار  
لتحصلى على أكلة شهية قليلة النفقات كثيرة الفائدة .



# أسماء الفاضلات بهدايا بنت النيل

فاز بهدايا بنت النيل  
هذا الشهر كل من السيدات  
والانسات :

السيدة ن . بمصر الجديدة  
- سلوى الطوانسى بشبرا -  
سعاد عمر باب الخلق -  
السيدة هدى سعيد شبرا -  
سعد نصر بالزيتون -  
كريمة همدى حدائق القبة  
- فتحية سالم الزيتون -  
سهير صالح . السكاكيني  
- نادية لمعى بمصر الجديدة -  
محاسن رشوان بمصر  
القديمة - سعاد مناع  
العباسية . حرم نبيل عزيز  
شبرا . سعاد بيومى عابدين  
أمانى نوار بالزمالك .  
إحسان سامى بالظاهر .  
فاطمه الشامى بشبرا .  
عايده سيد على بالقناطر  
الخيرية . امال السيد بالمعادى  
سميرة عكاشه بشبرا .  
فاطمه محمد بالسكاكيني .  
حرم ألبير عبد الله . نمره  
أوديت طرزيان بعابدين .  
مارى سلامه بشبرا . جوليا  
مترى بالظاهر . لطفية على  
بحدائق القبة . فاطمة  
ابراهيم بالسكاكيني . مارى  
ظريفه بالفجالة . ببا انطون  
بالظاهر . فاطمه رافت  
بالمالية . صفيه فوزى  
بالفجالة . جمالات حسن  
بالفلكى . مادلين أيوب  
بشبرا . دريه موسى بشبرا  
رجاء خيال بعابدين . حرم  
طلعت خليل أيوب بحلوان  
فوقيه عبد المجيد بمنشية  
إلصدر . زينب عبد اللطيف  
بالمطرية . حرم رهوف صابر  
بالمالية . سميحه كامل

بمصر الجديدة . فائق حسن  
بالدقى . سونيا مأمون  
بالظاهر . حرم احمد  
شلبى بمصر الجديدة . سعاد  
احمد بالدقى . ليلي راشد  
بالميل . حرم سليم جاب  
الله الزيتون . نوال توفيق  
بعابدين . أليس مقار بشبرا  
أزهار العفيفى بحلوان .  
أمينه رجب بالروضة .  
جورجيت قهوانى بغمرة -  
سميره محمد بنجع حمادى  
نعمات عمران بالاسكندرية  
ثرىا الديب بالرمل . زينب  
توفيق بالاسماعيلية . فائق  
نجيب بالاسكندرية . ايزيس  
حبيب بجرجا . ثريا الهلالى  
بسمنود . فرحه محمد خلف  
ببنى سويف . وداد نور  
بالاسكندرية . لوريس  
شحاته بالاسكندرية .  
سوزان رضوان بأسىوط .  
لطيفه القلعى بالهياثم . حرم  
فخرى عند النور بسوهاج .  
فايزه عيسوى بالفيوم .  
سوسو نصير ببنها . ميساء  
زاخر ببلقاس . عايده  
العوضى بطنطا . عليه احمد  
ببرما . حرم يسين محمود  
باسوان . امال حنا بالفشن  
ساميه بنوان بالاسكندرية .  
حرم عبد العزيز الناظر بأم  
درمان . فوزيه الدسوقي  
بأجهور الكبرى . سهير  
محمد بملوى . سنيه طه  
ببورسعيد . نجاة الجندى  
بشبين الكوم . حرم الحاج  
احمد عمر بدمهور . أليس  
عبد السيد ببنى مزار .

بحلوان . محاسن شكرى  
بالعجوزة . اعتماد عامر  
بالخليفة . فيفى عريان  
بشبرا . امال توفيق  
بالظاهر . ايفون عازر  
بالظاهر . محاسن السيد  
بالرمل . رمزيه أبوشوشه  
بالسويس . عايده حلمى  
بالدقى . نادية مرعى بباب  
الخلق . تيودورا ميشيل  
بالظاهر .

## النساء الأنقيات يشتغلن التريكو

بأصواف "بيهايف"

Beehive

وغيرها من الأصواف ماركه



فمن يدركن ان اجود

أنفال التريكو لا تصنع إلا من

أجود الأصواف . وانه بصوف P & B

يستطعن الحصول على تريكو ممتاز يتحمل

الغسيل ويحتفظ طويلاً بشكله ولونه ونموته

كما يستطعن العثور على أنسب صوف لشغلن من

نفس اللون المطلوب - صوف لا يتغير نوعه أبداً .

دار للتجارت (انجلترا) PATONS & BALDWIN'S LIMITED  
أكبر مصانع اصواف التريكو فى العالم



# لوقمة من فراغ الفنان...!

**إن** بعض الناس يظن أن مهنة الفنان مهنة سهلة لا تتطلب مجهودا ولا تحتاج إلى شيء من العناية .. والفنان في نظرهم يؤدي عملا عاديا أو دون العادي .. وكل ما يتطلبه الأمر منه هو أن يذهب إلى الاستديو ويقف أمام الكاميرا ويؤدي دوره أو يقف على خشبة المسرح ويؤدي دوره .. وتلك هي مهمة الفنان وهذا مدى جهده ..  
والواقع أن الذين يعتقدون هذا يظلمون الفنان وينتقصون جهده ولا يدرون مدى ما يبذل من نفسه ومن دمه وروحه للقيام بدوره الذي يؤديه على الشاشة أو المسرح ..  
ولكن .. هذا الفنان المكدود ماذا يصنع في وقت فراغه وكيف يقضيه .. ؟ ؟

عهدنا بحديقة كوبري الجلاء ليس ببعيد ..  
وعهدنا بقهوة الفيشاوي في ليالي رمضان قريب ..  
وعهدنا بلعب الكوتشينة في بيوت الزملاء وضياح الوقت والمال والاعصاب ..  
هذا في مصر ، أما في الخارج فاشترك في النوادي الرياضية أو بيوت التجميل أو تمضية عطلة نهاية الاسبوع في الريف ..  
وقضاء الصيف في السواحل مع عرض آخر الازياء وأجمل المودات ..  
هذا مع تقديس عطلة الصيف ففيها يتحرر الفنان من قيود المهنة ويهرع إلى حيث ينال جسمه قسطه من الراحة وروحه قسطها من الحياة .

## فنانونا

اجازاتنا يوم الاحد ، تغلق الاستديوهات أبوابها، يقضى أغلب فنانينا أوقاتهم على باب النقابات أو عند الجمال أو الأكسيلسيور وجروبي ، وليالينا نقضيها بين موائد كازينو كوبري الجلاء ولا حديث لنا سوى العمل وما يدور حول العمل فلا تغيير بل سلسلة متصلة من المناظر المعروفة ومن الوجوه المألوفة ومن الحديث المتكرر الممل .







ميمى وزوزو شكيب في رياضة على  
الفيضا وقد لبستا ملابس الريف

#### إحدى الصفحة



مديحة يسرى تستغل وقت فراغها في شغل الابرة

والطالبات فى المدارس  
والجامعات •

ويصل الفنان فى العالم  
الى مرتبة الساسة الكبار  
فيقف فى استقباله كل ليلة  
عند انصرافه من المسرح أو  
الاستديو أو حضوره العرض  
الاول صفوف من المعجبين  
وقد يضطر الحال الى تعذر  
اختراقه تلك الصفوف وقد  
يمضى والمطر ينهمر ساعات  
ليوقع فى كتيب المعجبين  
بتوقيعه التذكارى، وعهدنا  
بشارلى شابلى واجتماعه  
ببولجانين وهوشيكوف ليس  
ببعيد عندما التفت الاخير  
اليه ودعاه الى موسكو وقال  
له ما ينم عن اعجابه واعجاب  
الملايين من الروس بفنه .

#### مغالبة الزمن ••

وعهدنا ليس ببعيد أيضا  
عندما حضرت فيفيان لى  
المثلة السينمائية بطلة فيلم  
« جسر ودرنو » واستقبال

#### التشجيع والتشهير

اذا كانت الجلسة بريئة  
والا فما هذا التشجيع  
والتشهير الكبير واعتقد ان  
مادة النقد كثيرا ما تتغذى  
من تلك الجلسات فتظهر  
علينا أخبار الفن بكل ما  
حوى من حديث أو شمل من  
اغتياب وامتلاء الصفحات  
بالاشاعات والتشنيعات التى  
تحط من قدر الفن والفنانين  
بدلا من أن ترفعه وترفعهم  
معا . . .

#### وفنانوهم . . .

أما فى الخارج فترصد  
الحركات وتزين غلاف  
المجلات بالصور الجميلة  
الاخاذا الملونة للفنانين من  
النساء والرجال فيتهافت  
الجمهور على اقتنائها ثم  
الاحتفاظ بها داخل اطار  
جميل .

وكذلك نجد كبار ممثلى  
العالم فى البومات الطلبة



بديع خيرى يحكى لمارى منيب قصته وهى تعلق عليها بكلتا يديها



وهندام ورشاقة وثقافة الممثل والمثلة •

### •• النهاية ••

هذا ما نحن في حاجة اليه ولعل الفنانين يقدرّون ويعرفون كيف يفيدون من أوقات الفراغ •

وقد امتلأت أجسامهم «بالشحم» واللحم البارز في جميع اجزاء الجسم مما يؤذى العين حين تتطلع الى مشاهدة اى ممثل او ممثلة مصرية •• وخصوصا في التصوير داخل الاستوديو اذ يكون الجسم في التصوير ضعف الحجم الطبيعي •• وهنا الطامة الكبرى او بمعنى اصح المناظر المؤذية ••!! كما يقول المثل الشائع في الميادين الرياضية ••!

« القناع الاحمر »

نما هو تغيير طفيف مرجح العمر الطويل والعمل المضنى ولولا اهتمام الفنانين بأجسامهم ورياضتهم وراحتهم وجمالهم لما امكنهم الاحتفاظ بتلك الحيوية المتدفقة التى تغالب آثار الكبر على وجوههم وأجسامهم ••

### بيننا وبينهم

هذا فى الخارج •• أما فى مصر فخذ مثلا ولماذا أذكر المثل والجمهور يعرفهم •• فكم من ممثل أو ممثلة فقد صوته أو غلظ عنقه أو برز كرشه أو ظهر النتوء فى جزئه الاسفل ••

والعين كل العين مرجعه الى اوقات الفراغ وكيفية استغلالها والاستفادة منها فى كل ما يتعلق بجمال



مارلين مونرو تضى وقت فراغها فى جلسة هادئة بعيدا عن أضواء الاستديو



المصريين لها اiban الحرب الاخيرة فى مصر •

هذا هو تقدير الفنان - وهذا التقدير انما بنى على أن الفنان يعمل جاهدا فى الاحتفاظ بقوامه ، برشاقته ، بثقافته ، بأخلاقه •

وكيف يتم ذلك مع مرور الزمن واثره فى تغيير القوام ولون الشعر وتجاعيد الوجه وعهدنا بجوان كراوفورد - او نوريس شيفاليه - وكلا جيبيل وجارى كوبر - او جريتا جاربو او مارلين ديتريش ليس ببعيد •• وان ما طرأ على هؤلاء وغيرهم



## هل يخشى الكلاب

هذا الموضوع الخفيف  
المصور يبين لك بوضوح كيف  
استطاعت هذه الام أن تحيل  
الخوف والرغبة التي يعاني  
منها طفلها كلما شاهد كلبا  
في حديقة المنزل ..

لقد استطاعت الام ببساطة  
وهدوء أن تعود طفلها على مداعبة  
كلبه ، وأن يعتبره صديقا له  
لا عدوا لدودا يخشاه ..



١ - هذا الكلب اسمه « ركس » انه يهرع الى الطفل الصغير مرحبا به .. ولكن الطفل  
يخافه وينتابه الفزع .. اما الام فانها تحاول تهدئته ..

لا يتعدى نصح طفلك بعدم الخوف ..  
فهل النصح يجدي ويفيد ويزيل الخوف .. لا ..  
نطلب منك أن تفعل مثلما تفعل هذه الام مع ولدها .. تابعي  
الصور .. واعرضي المجلة نفسها على طفلك واشرحي له  
شجاعة هذا الطفل الذي استطاع أن يصادق كلبه ..

لعلك تعترفين معي يا سيدتي بأن الكلب أصبح صديقا  
لا غنى لأكثر البيوت عنه .. ولعلك تعترفين أيضا أن  
طفلك - ككل الاطفال - يخشى الكلاب ويهابها ..  
والان هل لنا أن نسألك سؤالاً بسيطاً : ماذا فعلت حتى  
تزيلين الرهبة من نفس طفلك ؟ نعتقد أن كل ما فعلتيه



٥ - لقد تعود طفلنا على ركس  
نفسه .. ما هو يجلس مع والدته  
في الحديقة باطمئنان ويداعب  
ركس ويربت على ظهره ويمسك  
بيديه واذنيه .. ان الكلاب صديقة  
مخلصة للاطفال ..

٤ - اما الام فقد انتهزت الفرصة  
وحملت الجرو الصغير الى داخل  
المنزل وأخذت تربت عليه وتثبت  
لطفلها أنه لا خوف منه .. وأنه  
يشبه أباه .. وان نباحه ليس الا  
علامة من علامات الترحيب والمحبة ..

والان هذا هو الجرو الصغير  
ابن ركس وقد خرج من وراء  
الاسلاك .. ان طفلنا قد اعجبه  
كله ، ولهذا أخذ يسعى اليه  
بنفسه دون خوف ولكن بحذر ..

٢ - هذا هو طفلنا مرة أخرى  
يذهب بنفسه الى ركس بعد أن  
وضعت ليشاهد « اطفالها » الصغار  
.. لا ريب في أن الاسلاك قد  
ساعدت على اطمئنانه ..





# أخبار



## «حمار» كلارك جيبيل

في عيد ميلاده .. !!  
أهدى جريس كيلي ممثلة  
السينما السابقة الى زميلها  
السابق كلارك جيبيل بمناسبة  
عيد ميلاده «حمارا» من  
النوع الفاخر من المزرعة التي  
أسسها لها زوجها أمير موناكو.



يوسف وهبي  
راحة واستجمام



استر وليامز  
استعراض الفاتنات



شوان لاي  
الفولكور المصرى

♦ تجرى فى الاذاعة المصرية  
استعدادات لاجراء برامج تتضمن  
صورا حية عن الفن الشعبى  
«الفولكور» المصرى ويتعاون فى  
تقديم هذه البرامج بعض الكتاب  
والموسيقيين القدامى ..

♦ قدمت تحية كاريوكا استقالتها  
المسببة من عضوية مجلس ادارة  
نقابة المهن التمثيلية وعلى اثر هذه  
الاستقالة وقع عدد كبير من الممثلين  
والممثلات المذكورة الخاصة بطلب عقد  
الجمعية العمومية ..

♦ ان الشعب المصرى سوف  
يستمتع فى القريب بالفن الانسانى  
الاصيل للصين الشعبية .. سيرى  
اثنى عشر فيلما صينيا تمثل  
قطاعات حية من هذا البلد العظيم .

♦ فوجئت هوليوود بحفلة يقيمها  
الممثل ادوارد روبنسون وزوجته  
الرسامة جلاديس بمناسبة طلاقهما  
بعد حياة زوجية دامت ربع قرن .  
فاقامت الزوجة معرضا للوحات  
التي رسمتها لزوجها فى مختلف  
ادواره السينمائية ؟

♦ لم يحدد بعد موعد سفر البعثة  
التي كان مقررا لها أن تزور موسكو  
من القصاصين المصريين لحضور  
وتمر اتحاد الكتاب السوفييت  
الذى تقرر أن يعقد فى موسكو  
♦ كتب الاستاذ رجاء النقاش فى  
مجلة «الاداب» تعليقاً على محاولة  
الدكتور طه حسن لتبسيط الاملاء  
العربى فقال «ان الضرورات  
الاملائية الموجودة فى اللغة ليست  
ذات خطر وهناك فى كل لغة من  
لغات العالم ما يشبهها أو يزيد  
عليها وليست هذه الضرورات  
عقبة فى شىء .. عقبة بين الثقافة  
وبين الانتشار كما يقول الاستاذ  
رشدى صالح بل ان شروط الحياة  
الاجتماعية والاقتصادية هى جوهر  
العقبة فى سبيل انتشار الثقافة  
ونموها .. وتغيير هذه الشروط هو  
الضمان الحاسم فى عملية نشر  
الثقافة وتقدمها بخطوات واسعة  
ذات اثر فعال فى حضارتنا الانسانية  
الجديدة ..»

♦ استقر الراى فعلا على أن يقوم  
المجلس الاعلى للاداب والفنون بوضع  
سجل هام بأسماء الادباء وتاريخ  
حياتهم ونتاجهم

وكانت وزارة التربية والتعليم  
قد قامت بمحاولة من هذا القبيل  
بانشاء السجل الثقافى الذى يضم  
أسماء الكتب ومؤلفيها

♦ قال الاستاذ توفيق الحكيم ان  
حملات بعض القوات الفرنسية على  
رواية التى مثلت فى باريس كان  
نتيجة لتأميم مصر للقناة أما الصحف  
المعتدلة فقد اثنت على الرواية

♦ وكذب أيضا الاستاذ توفيق  
الحكيم ما نشر منسوباً الى الدكتور  
حسين مؤنس من أن صحيفة  
اسبانية رفضت نشر قصة ترجمها  
لتوفيق الحكيم

♦ يعكف الاستاذ محمود الشرقاوى  
على مواصلة اصدار سلسلة كتبه  
عن مصر فى القرن الثامن عشر وقد  
نال جائزة المجمع اللغوى عن  
دراساته فى الجبروتى

♦ وافقت مصلحة الفنون لادباء  
البلاد العربية بتقديم تأليفهم  
المسرحى الى لجنة القراءة لتمثيل  
الصالح منها على المسارح المصرية  
♦ ضعف المستوى الانتاجى الادبى  
وانعدمت ثقة القراء فيه وانصرفوا  
عن شراء الكتب التى تصدر كل  
يوم خالية الوفاض تماما من الفكر  
والاسلوب والعمل الفنى



موقف رهيب فى مأساة دامية .. !!

♦ يتم فى القريب اختيار المكان  
الذى يقام عليه داران للادب على  
أحدث طراز فى القاهرة والاسكندرية  
بعد اعتماد السيد وزير البلديات  
لمشروع ، وينتظر أن يكون المكان  
فى قلب العاصمة .

♦ يزور يوسف وهبي واسرته  
الآن سويسرا بعد وفاة «بشينة  
المغازى» ابنة زوجته حيث يقضون  
مدة للراحة والاستجمام بعد  
الحادث .

♦ تشترك الفرقة المصرية فى  
مهرجان دمشق الدولى فى سوريا  
بمسرحيتين للشاعر عزيز اباضه  
والكاتب محمود تيمور ، وقد  
وزعت الادوار على ممثلى الفرقة  
القدامى .

♦ ينتظر حدوث تغيير شامل فى  
نقابة المهن السينمائية ويشمل  
هذا التغيير مجلس ادارة النقابة  
الذى جاء بعد ثورة الجمعية  
العمومية ..

♦ تسافر فى منتصف هذا الشهر  
الى بكين عاصمة الصين الشعبية  
البعثة الفنية المصرية حيث تقدم  
بعض اللوحات الشعبية باسم  
«يا ليل يا عين» .

♦ تنفرغ ممثلة السينما السباحة  
استر وليامز لاستعراض السباحة  
الكبرى الذى يقام فى الشهر القادم  
يشتمل على بعض التابلوهات  
التشكيلية الجميلة بالاشتراك مع  
بعض السابحات الفاتنات .





اضطلع المسرح السوفيتي بمهمة جديدة .. وبات عليه ان يفتح ابوابه للطبقات المعديدة .. للملايين من أبناء الشعب .. بل لاولئك الذين لم ينتج لهم في الماضي ان يتذوقوا نعمة الثقافة والتعليم « القناع الاحمر »

لتغفل الفن الجميل في كل مكان ، حتى في المناطق القديمة الواقعة في روسيا القيصرية .. وفي الاتحاد السوفيتي الان اكثر من خمسمائة مسرح منها ثلاثون مسرحا للاوبرا والباليه واكثر من عشرين للكوميديات الفنائية وثلاثون من مسارح الشباب الناشئ وملاعب الارجوز للملايين الاطفال والتلاميذ الصغار .



قَاتِن حمامه

وهبها « الله » صوتا فيه ابتهالات تنبعث من القلب الى القلب بالرحمة .. والحنان .. والسلام .. يحاول البعض تقليدها بصورة مشوهة .. !!

منذ السنوات الاولى التي أعقبت الثورة الروسية ، اتخذت الحكومة السوفيتية التدابير لجعل المسرح ديمقراطيا وبهذا أصبحت المسارح كلها ملك الشعب وتولت الدولة الاشتراكية ادارتها والاشراف عليها

وسرعان ما تبين ان الشعب الروسي يحب المسرح وتذوق الفن .. ولم يشاهد المسرحيات ليقتضى وقتا يتسل فيه .. أو ليضيع وقت الفراغ .. بل جاء يشهد المسرحيات .. بل يحس ما بينه وبين الممثلين من شعور متجاوب كله ، تكريم وتقدير ..

ان مستوى الشعب الثقافي ارتقى منذ عام ١٩٢٦ واشتد تعلقه بالفنون الجميلة وزاد تذوقه للمسرح حتى أصبح نحو ثلاثين الف متفرج يملؤون كل مساء صالات اثنين وعشرين مسرحا في موسكو فقط ، وبلغ عدد رواد المسارح في العام سبعين مليوناً من أبناء الشعب . وصار من المألوف ايضا ان تزدهم قطارات الضواحي ومئات من سيارات الاوتوبيس التي تنقل الى مسارح العاصمة الوافدين اليها كل مساء من مناطق العمال والفلاحين وغيرهم .

ومما يثير الدهشة ان كثيرا من الفرق التمثيلية الكبيرة في العاصمة السوفيتية تجسب المدن والقرى وتوفد فنانها الى مناطق نائية في الحقول والمزارع والمصانع لتقدم تمثيلاتها للعمال والفلاحين .

ان الملايين من الشعب يشتركون في المهرجانات الفنية ، ففي كل مصنع فرق للتمثيل والموسيقى ، ولكل قرية مفنوها وموسيقوها وبات في وسع ملايين الفلاحين ان يشهدوا التمثيل في مراكز الثقافة الريفية والاندية القروية .. بل أصبحوا يشهدون التمثيل والموسيقى في الحقول .. وخلق الشعب بفطرته الفنية في كل مكان منظمات فنية .. والدولة السوفيتية - رغبة منها في اشباع رغبات الشعب - تعنى دائما بالتهوض بالفن المسرحي وانشاء المسارح في كل بقعة قريبة أو نائية

ان لآبناء السوفيت أهدافا شتى يريدون ان يحققها المسرح لهم .. يريدون ان يشاهدوا على المسارح حاضر الوطن الذي يعيشون فيه وما ضيعه الذي كان يعيش في ظلع اباؤهم واجدادهم .. يريدون ايضا ان يعرفوا حياة الشعوب الاخرى ونظرية تطوّر البشرية ونهوضها .. انهم يريدون الارتواء من مناهل الثقافة العالمية .. يريدون تذوق آداب الشعوب الاخرى وفنونها .

ان المسرح السوفيتي لا يترك لونا من اللون الفن المسرحي الا وقدمه لمشاهديه فمن دراما شعبية تفيض وطنية الى كوميديا اخلاقية وقوديل أو مسرحيات استعراضية ويعنى المسرح السوفيتي بتقديم الاوبرا والاوبريت والباليه الروسى على نطاق واسع ..

وهذه بعض الارقام التي تعطى في المسارح الخاصة بالدراما تقدم فكرة عن متنوعات البرامج المسرحية كل عام أكثر من مائتي مسرحية من الادب الروسى المعاصر واكثر من مائة مسرحية من الادب الروسى الكلاسيكى .

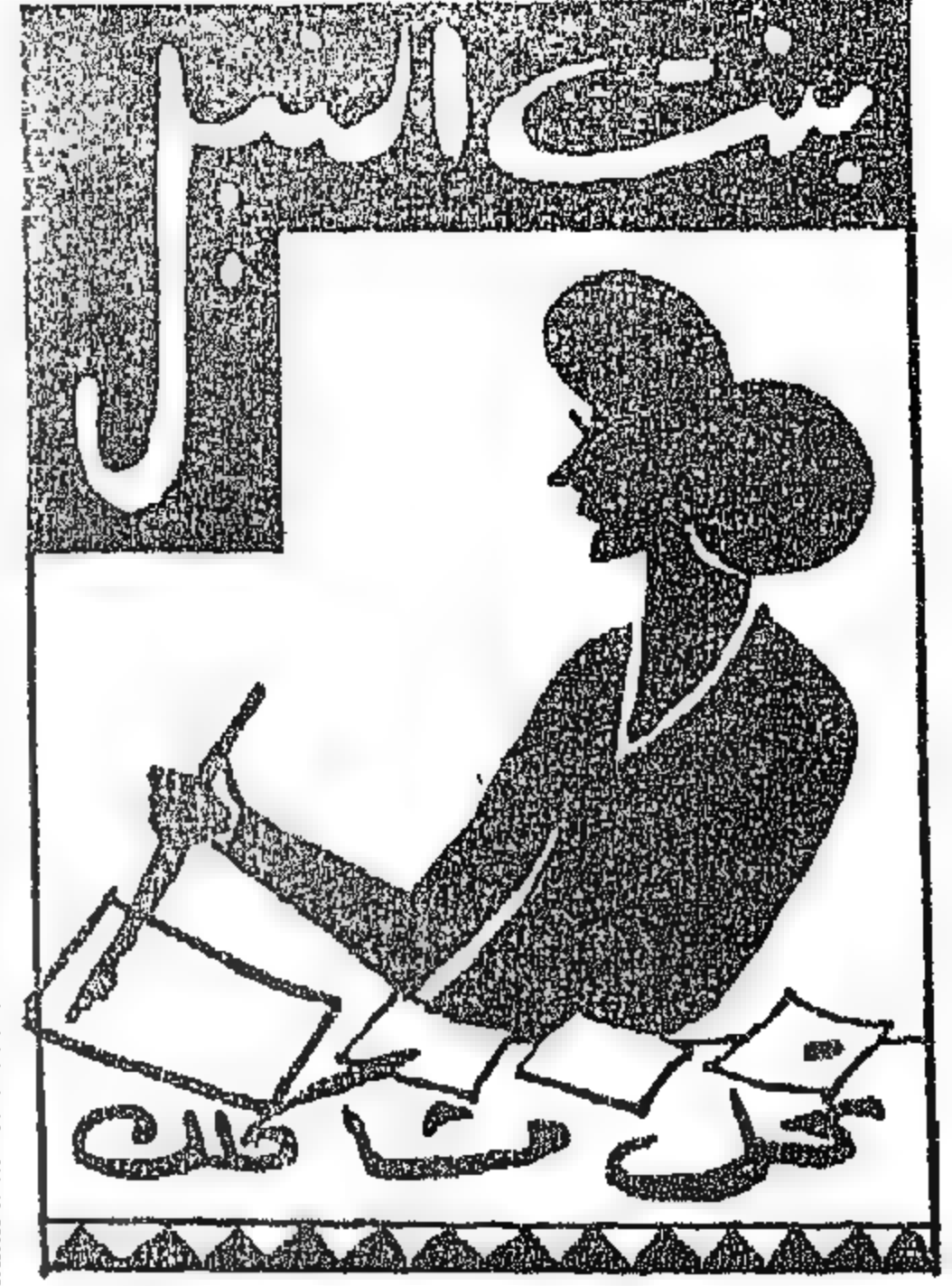
ان الدولة السوفيتية استطاعت ان تدعم الفن الواقعى ، هذا الفن الذى ورث عن الماضي افضل تقاليده الديمقراطية ، كى يصور الواقع على حقيقته وابرار الحياة كما هي ..

لقد قال ستالين للكاتب .. « اكتبوا الحقيقة .. ان العالم الذى يحيط بنا وحياة الشعب الذى يضمنا هي دوح الفن وجسده » من أجل هذا كان لا بد للتصوير الحقيقى والتاريخى لحياة الافراد، ومشاعرهم وافكارهم وخواطرهم والفهم العميق والادراك الشامل للكفاح الذى قام به الشعب السوفيتى .

وبدل على ما تقدم ان أسلوب الواقعية في المسرح لا يمنع بحال .. بل يساعد على تطور اساليب الاتجاهات الفنية في شتى المسارح السوفيتية .



## خطاب بنت النبل



### تود ان يعود

أكتب اليك هذا الخطاب بدمعي  
فأنا فتاة فى السادسة عشرة من  
عمري وحياتنا فى جحيم لا يطاق  
بسبب الخلاف المستمر بين والدي  
والدتي وأنا واخواتي الستة .

وانتهى الخلاف بان ترك والدي  
المنزل وصمم على الإقامة بعيدا عنا  
برغم أنه يرسل لنا جميع طلباتنا  
أو يحضر هو بنفسه لادائها .

واخيرا علمنا ان والدي سيتزوج  
من سيدة أخرى وقد أثار هذا فينا  
الحزن والالم وحاولت والدتي أن  
تصلحه فرفض . ثم معنا أخيرا  
أنه سيأخذني واخوتي الى الإقامة  
معه فى قرية بعيدة عرفنا أخيرا  
أن هذه القرية تقيم فيها السيدة  
التي يريد ان يتزوجها والتي  
سنقيم معها رغما منا وعلمنا أن  
عمتي تحرضه على ذلك .

ومن جهة أخرى فقد تغيرت  
معاملة والدتي لى بسبب الخلاف  
الذي دب بيني وبين شقيقتي التي  
تصغرنى مع العلم بأن اختي هي  
الهادية بالعدوان فماذا أفعل بين  
الجهتين .

### الحائرة

ط . هي . هـ  
القاهرة

بنت النبل : ليت والدك يقرأ  
خطابك هذا ويرجع لصوابه ويعود  
لعائلته التي جنى عليها ويجنى  
عليها أكبر جناية بتصرفه المفقوت  
بترك المنزل وأولاده وخاصة أن  
بناته فى أشد الحاجة لرعايته .

لم استطع أن أقف من خطابك  
عن المسئول فى هذه الخلافات  
التي أدت لخروج والدك من المنزل  
هل هو أم والدتك وإن كانت قد  
حاولت مرارا إصلاح الاور فهذا  
كرم منها وحمية لكم ولحفظ كيان  
اسرتكم . ولكن من منهما السبب  
فى الخلافات نفسها ؟

زوجنى أبى وأنا فى سن ميكرواى فى الخامسة عشرة ولم أوفق بل طلقت وأنا فى سن السابعة  
عشرة ومعنى طفلة والثانية حامل بها وموت الايام ثقيلة وتزوج زوجى من امرأة ثانية تريده ولها ولد من  
زوج سابق ودارت عجلة الايام وتوفيت ابنتى الصغرى وأعقبها والدى . . فطرقت باب العمل  
وعينت باحدى الوظائف الحكومية حيث اننى أحمل شهادة الفنون الطرزية . . وظللت مطلقة ثمانية  
أعوام كنت أرفض كل طلب للزواج من أجل ابنتى . . . وكنت أعيش مع والدتي التي أبى الزمن الا أن  
يحرمنى من حنانها فأظلمت الحياة فى وجهى واصبح ليس لى فى الدنيا أحد سوى اخوتي وكل  
منهم لزوجته وأولاده انها سنة الله فى خلقه . .

وعاد زوجى يطلب منى باسم ابنتى أن أعود اليه لان ابنتى فى حاجة الى رعايته وخصوصا وأنه  
يشتري أن اترك عملى وأقيم معه فى بلدته بنى سويف . . . فقبلت من أجله وأجل ابنتى بدون أى شرط  
وقد كنت ولا زلت له حتى الان أم وصديقة وأخت وخادمة وزوجة ارعى الله فى كل أعمالي . لا أذن  
عليه بشئ بل اتفانى فى خدمته وظللت أضبط أعصابى حتى اصابنى مرض السكر والتهاب حاد  
بالمرارة وضغط دم مرتفع . . . كل هذا من سوء تصرفه معى . . . لانه يعيش للزوجة الجديدة التي كل  
مواهبها انها تملك عشرة أفدنة فقط ( هو موظف وله ما يقرب من ٤٠ فدانا ) .

لقد كنت طريحة الفراش لمدة شهرين بإحدى المستشفيات بالقاهرة قد أمرنى الدكتور المعالج ان  
لا أزعل بتاتا حيث أن السكر ٣٩ ٪ بالدم و٤٤ ٪ بالبول رغم صغر سننى اننى أكتب لك وأنا  
طريحة بالفراش حيث لا يمكن أن أكتب وأنا جالسة .

لقد حاول زوجى جاهدا كى أحضر من المستشفى وان أقطع العلاج واحضر من بنى سويف  
ففعلت ارضاء له وطاعة لأوامره ولكنى فوجئت به يسافر الى المصيف بصحبة الزوجة الاخرى . . تركت  
علاجى سمعا لأوامره ولكن غيرتى الزيتنى الفراش مرة أخرى . .

بالله ماذا أفعل ؟ هل سأظل أكتب شعورى فيزداد مرضى واطل بالفراش حتى يقضى الله أمره ٩٠  
فأنا لا يمكن أن أتركه حيث لا عائل لى غيره . . ومن يرعى ابنتى التي أصبحت فى سن الشباب «الرابعة  
عشرة» هل اتركها «للزوجة الاب» ؟ أو اترك أنا الحياة بما فيها من متاعب واتخلص أنا منها بالموت  
رغم علمى ان هذا كفر ؟

\* \* \*

بنت النبل : من المؤلم حقا أن تصبح حياة زوجية مأساة بدلما ان تكون قصة حب وسعادة ،  
لقد كنت مثال الام الخئون عندما ضحيت ورجعت لزوجك وتركت عملك حتى لا تحرمنى ابنتك من  
عطفك معا . ان هذا نبل وكرم منك لا جدال فى ذلك . ولكن لا تنسى أن زوجك قد ضحى براحته  
أيضا عندما عرض عليك العودة اليه برغم وجود زوجته الثانية معه التي لم يتزوجها الا بعد طلاقك  
ومرور بعض من الوقت .

وثقى تماما انه لو لم يكن يحبك ويحب ابنته ما رجلك للعودة اليه بعد مرور ثمانية اعوام على طلاقكما  
فليس هناك أى دافع لذلك خلاف هذه المحبة ولم ار فى روايتك أى دليل على سوء معاملته لك فمن  
الطبعي أن يعيش لك ولزوجته الاخرى طالما انها فى عصمته وقد قبلت هذا الوضع وهو وضع مؤلم  
لا شك ولكن عليك بالصبر وحرصا على صحتك وهناك دعى الفيرة من الضرة جانبنا وان كان ذلك فوق  
طاقة كل امرأة ولكنه لن يكون فوق طاقة امرأة ضحيت هذه التضحية فى سبيل ابنتها لقد بدأت الطريق  
فأكمليه فى سبيل ابنتك ومن أجل سعادتها اعتبرى زوجك اخا لك يقدم لك المأكلا والملبس . ولا تنسى  
أن رجوعك لزوجك فيه ألم وضرر كبير لزوجته الجديدة فقد تزوجته وهو خال واذا به يفرضك عليها  
تقاسمها حياتها ودخله واهتمامه

تأكدى انها تتألم من ناحيتها ومع ذلك فوى صابرة برغم عدم وجود أولاد لها منه فكرى فى كل  
هذه الامور واصبرى من أجل ابنتك وكفالك غل فى نفسك وتحطيم فى أعصابك فلن يجدى  
ذلك شيئا . ولا تنسى أن الرجل يمل المرأة العزينة المكتئبة فكونى صبورة وربما توصلت لان يكون لك  
وحدك بهذه الطريقة فى يوم من الايام لانك أم ابنته .

لا تبالي بما يقال من انه يريد  
أخذكم لبيت زوجته الجديدة . من  
اين تأكدت انه سوف يتزوج ؟ لا  
تثقى بكلام الناس انهم دائما يعملون  
على زيادة لهيب النار فى مثل هذه  
الظروف . توكل على الله واطيعي  
امر والدك حتى لا يفر منكم وربما  
وجودكم معه يأتى بنتيجة .

أما بعدكم عنه فسيأتى حتما  
بكارثة تتولد عن تعجر قلبه  
وقسوته لهذا البعد .

من أجلكم وتأكدى انه من ناحيته  
تعس من كل هذه الملبسات التي  
قابله فالرجل يهدف دائما ويسعى  
الى السعادة العائلية مع أولاده فهم  
اعز ما فى الوجود عنده . وان كان  
قد اخطأ وأساء التصرف فليس  
معنى ذلك انه يكرهكم ولا بد انه  
سيجئ اليوم الذى يفوق فيه من  
غلطته . لذلك ارى من المستحسن  
ان ترصعوا لامره وترافقوه حيثما  
يشاء وحاولين بحنانكم وعطفكم  
عليه ارجاعه لمشكم .

على العهوم لا شك ان والدك  
مخطيء فى تصرفه ايا كان السبب  
وكان عليه أن يظل معكم للمحافظة  
عليكم حتى ولو كان فى ذلك تضحية  
منه فهو واجبة فى سبيل أولاده  
وسعادتهم . ويبدو انه رجس  
عصبى لا يعرف ماذا يفعل وينساق  
وراء كلام القرضين واشسك أن  
تكون عمك هي الدافعة لذلك كما  
تقولين . . ولكن لا ريب انه يحبك  
والا لما أبقى والدتك على عصمته  
برغم المشاجرات انه يفصل ذلك



عندهم عدم زيارة العروس قبل  
كتب الكتاب أو ربما كان هذا  
هو رأى والدك وقد أفهمه ذلك في  
عدم وجودك .. تحرى الامر لتعرفى  
السبب خصوصا وليس هناك  
ما يدعو لان يفيدك بدلة كعسا  
تظنين اذا كان لا يحبك \*

اللهم الا اذا كنت غنية وزيد  
أن يتزوجك لهذا السبب وحسده  
واذا تأكدت ذلك فانصحك بفسخ  
الخطوبة \*

لا تحيرى دليلك كونى صريحة  
معه وفاتحيه بكل مخاوفك وشكوكك  
التى أظن انها لا محل لها لانه ان  
شاء أو لم يشأ لا يمكن اخفاء امر  
خطبة او زواج وان كان حقا يود  
اخفاء خطبتكما الآن فماذا سيفعل  
بعد الزواج والاولاد اساليه لتحديد  
الموقف \*

بنت النيل : يا فتاتى لا تحيرى  
دليلك ولا حاجة .. هل رأيته  
بنفسك وهو خالع الدبلة عند  
أصدقائه أم أن أحد أولاد الحلال  
هو الذى بلغك هذا ؟ وهل تثقين  
فى هذا النمام ؟

على العموم كونى صريحة مع  
خطيبك واساليه لماذا يخلع الدبلة  
فربما كان عدم وجود الدبلة فى  
أصبعه غير مقصود بل مجرد انه  
نسى أن يلبسها وكان خالعها  
لسبب مقبول للاستحمام مثلا ..  
وعلى ضوء تفسيراته ان كان  
حقيقة قد خلعهام يمكنك معاتبته  
على ذلك \*

وتقولين انه منذ قيدك بهذه  
الدبلة من شهرين وهو لم يحضر  
عندكم واقول لك هذا ليس سببا  
لان تقلقى على مستقبلك اذ ربما

فهم لم يسيئوا معاملتك بل اساءوا  
التصرف نحوك ولكنهم يحسبونك  
وهذا الشعور يجب أن تضعه فوق  
كل اعتبار وتعاينى أمورك من هذه  
الناحية فعليك أن تفتاحى والدتك  
برغبتك فى الخروج والتعرف على  
الصديقات ولا بأس من الذهاب  
الى المدرسة لتكملة علمك سواء من  
الناحية الدراسية أو المنزلية ففى  
هذا تفضية مفيدة لوقتك تسليك  
عن الخروج لاماكن أخرى .. وبينى  
اولدتك الضيق الذى تشعرين به  
فى هذا الخصوص دون التهديد  
بالانتحار فهذا لا يلىق بفتاة ذات  
خلق كريم .. وعلى والدتك أن تفتاح  
والدك فى هذا الموضوع وانسه  
سيفتنع ويترك لك بعض الحرية  
فقد مضى عهد القيود والسلاسل  
التى كان يضعها الال لبناتهم \*

اذا لم يقتنع والدك او والدتك  
فعليك أن تكتبى لاختك طالبة منه  
التدخل فى هذا الامر واقتناع  
والديك بخطأ تصرفهم معك وكفى  
ما جنوه عليك فى هذه السنين  
السابقة .. فاذا اصرروا مع ذلك على  
موقفهم فلماذا لا يصحبك اخوك  
معه الى مقر عمله فتكونين ست  
البيت له وتنفعيه بذلك وهو  
يخرجك للنزهة بعد انتهاء عمله \*

لا تياسى أن مشكلتك ليست  
عويصة ما دام اهلك يحسبونك  
فسوف يقتنعون بوجهة نظرك  
وخديهم بالسياسة شوية شوية  
ولا تفصيههم منك فرفضوا والدين  
من رضاء الله .. ومن جهة أخرى  
لماذا لا تملئين هذا الفراغ الذى  
تشعرين به بالإشغال اليدوية  
والقراءة اشغلى وقتك بعمل مفرش  
أو تريكو فيذهب الملل الذى  
تحسين به فى المنزل وتستفيدى  
فى نفس الوقت بما تنتجه يداك  
وتزدين معلوماتك بالقراءة ومتابعة  
أخبار العالم من الصحف والكتب \*

#### دليلي احتار

هذه شكوى أبعث بها كى تدينى  
عن مصرى مع هذا الخطيب لانه  
خير دليلي أو بمعنى أصح دليلي  
احتار معه \*

بماذا تسمين هذا العمل الذى  
يعمله خطيبى انه اذا زار أحدا من  
أصدقائه فانه يخلع دبلة خطوبتنا  
لقد حرت فى هذا الموضوع ان  
الشك يماودنى كلما ذكرت هذه  
الطريقة \*

انى اسمى هذه الطريقة خداعا  
فمنذ أن قيدنى بهذه الدبلة من  
شهرين ولم يحضر بطرفنا .. وانا  
قلقة على مستقبلى \*

س  
الحائرة بطنطا

لا تنسى أن عاطفة الابوة تتقلب  
على كل عاطفة أخرى وعلى فرض  
انه سيتزوج فان وجودكم بجانبه  
ربما يكون كفيلا برجوعه عن هذه  
الخطوة .. ولا شك ان ترككم  
لوالدكم وسكنكم معه امر صعب  
عليكم وتضحية كبيرة ولكن لا بد  
منها للوصول لفرضكم وتحقيق  
أملكم فى إعادة المياه الى مجاريها  
بين والديكم .. عاملوه بالسياسة  
ولا تستفزوه فان حرصكم على كسبه  
لجانبكم يساعده على انهاء الخلافات  
فان الرجل ايا كان ما هو الا طفل  
كبير يجب أخذه بالسياسة \*

اما تغيير معاملة والدتك لسك  
بسبب أختك فهو لا شك امر  
وقتى ويجب أن تلتصق المصدر  
لسيدة مثلها لان الخلاف بينهما  
وبين والدك أثر فى اعصابها وفى  
معاملتها مع الجميع فابعدى الاوهام  
عن نفسك وثقى بأن والدتك تحبكم  
جميعا وليس هناك مبرر لان تنحاز  
لواحدة من بناتها دون الأخرى \*

يائسة



انا فتاة فى سن السابعة عشرة  
حرمت من التعليم لاسباب عائلية  
قضيت فى مدرسة بلدنا اربعة  
أعوام حتى حصلت على الابتدائية  
وبعدها منعت أهلى عن الخروج  
فقضيت سبع سنوات فى البيت  
لم أخرج منه مرة واحدة \*

لى شقيق مهندس فى الاقصر كان  
قد وعدنى بأن يأخذنى معه وينقلنى  
من هذا السجن لكن للأسف تخرج  
وعين فى الاقصر وطلب أن ينتقل  
الى القاهرة فرفضت الوزارة التابع  
لها .. فأصبح بعيدا عنى  
وأصبحت حياتى جحيمًا لم أر  
غير الانتحار فهو الطريق الوحيد  
أمامى .. وارسل لك هذا الخطاب  
طالبة منك مساعدتى لحل هذه  
المشكلة \*

ج . ا

مشاركة بالصنّافين شرقية  
بنت النيل : هذه مشكلة عدد  
كبير من فتياتنا التى يجنى عليهن  
اباؤهن بججزهن فى المنزل مبكرا  
وقطع دراستهن ولكن خطأ الاهال  
هذا لا يستوجب الانتحار باى حال  
من الاحوال اذ انهم يمنعون بناتهم  
عن الدراسة والخروج معتقدين  
أن فى ذلك كل المصلحة لابنتهم



جميع الألعاب  
الرياضية  
جولف « حجم  
صغير  
جولف ٩ حجرة  
حمام سباحة  
تنس  
ركوب الخيل

فندق مينا هاروس  
الأهرام

القاهرة - هاتفون ١٠١٩٤٦١



# كسيرة بنت النيل ..

كذلك استعملى شامبو دوبال ثم  
ضمى بريانتين Vitapointe  
كل صباح فيزيد من جمال ونعومة  
شعره .

خ . الشافعى - القاهرة :  
تطلب علاجا لاعادة نعومة  
شعرها . وعلاجا لكرمشة البطن  
بعد الوضع .

استعملى لوسيون  
Petrole HAHN

ودلكى به شعره كل ليلة ثم ضعى  
فى النهار بريانتين  
فيعود لشعره نعومته - أما كرمشة  
البطن فيستحسن التوجه لى ممد  
للتدليك لازالتها فهذه هى الطريقة  
الوحيدة .

ع . م . طما :  
تشكو من تجعد شعرها .

أخفقى ٣ صفار بيض مع قليل  
من زيت الخروج ثم دلكى شعره  
جيذا بهذا الخليط واتركيه لمدة ربع  
ساعة ثم اغسل شعره بماء ساخن  
مرتين فى الاسبوع . ثم ضعى  
بريانتين BIORENE

مرة كل صباح فيصير شعره ناعما  
صفية . م ص - السيدة زينب :  
تسال عن علاج لنعومة شعرها  
الأكتر ومنع تساقطه .

أوقفى استعمال الزيت وعدم  
عمل برمانت مرة أخرى . أخفقى  
٣ صفار بيض مع قليل من زيت  
الخروج ودلكى شعره بهذا  
المزيج والتركه ربع ساعة ثم  
اشطفى شعره بعد ذلك بماء فاتر  
وذلك مرتين فى الاسبوع ثم ضعى  
يومية كريم فيتاوانت لمدة شهر  
فيكون ذلك سببا فى تحسن حالة  
شعره .

عليه . م . م - كفر الشيخ :  
بشرتها دسمة لامعة وتظهر بعض  
بقع حمراء وسوداء بجوار انفها -  
استعملى لعلاج بشرتها وازالة  
اللعمان

هيلن كيرتس ثم ضعى كريم  
سكنفور هيلين كيرتس لازالة البقع  
الحمراء والسوداء بجوار الانف  
وذلك مرة كل يوم لمدة شهرين .

حائرة من الاسماعيلية :

سيدة تبلغ ٢٠ عاما حملت أربع  
مرات حدث عندها تشقق فى الجلد  
عند الصدر والبطن .

يجب ان تتوجهى بنفسك لاحد  
معاهد التجميل للكشف على حالتك  
والتفاهم معهم على العلاج اللازم .

Vitascorbi 500 mgr.

فى الوريد لغاية ١٢  
حقنة ومضمضة الفم بدواء Dettol  
نصف ملعقة صغيرة فى كباية ماء  
ساخن مرتين يوميا وبعد انتهاء  
المضمضة يعاد المضمضة بماء دون  
دواء لازالة أثر الدواء .

م . م . ص - لدقى :  
تشكو من عدم انتظام الدورة  
الشهرية .

استعملى حقن  
Hormogland female

فى العضل مرة كل ٣ أيام مع حقن  
Atral B 12 فى العضل  
يومية ثلاث علب متتالية وملعقة  
كبيرة من Hemostyl Roussel  
قبل الاكل ٣ مرات يوميا ويوجد  
سيدات انجبن أطفالا بدون وجود  
طمث .

ج . م . حماد :  
الدواء الثانى الذى وصفته  
لك هو لعلاج مسالة العروق  
فاستعمليه للافادة منه .

سيدة حائرة - شارع العيش :  
تشكو من اعراض السمنة عند  
طفلتها وسقوط شعرها . اعطيتها  
حقن Atral B 12

حقنة فى العضل يوميا واعرضها  
على طبيب لعلاج السمنة .

نعمت الله هاشم حسن :  
تريد نشرمفرش سفره بالكافاه .  
سنعمل على تحقيق رغبتك فى عدد  
قادم ان شاء الله .

ف . م . مفاغة :

تسال عن طريقة عمل فطيرة  
البانتسبانيا «الكيك» - ارجعى الى  
عدد شهر أكتوبر تجدى فيه ما  
تطلبين وقد شرحت لك فى عدد  
شهر يناير طريقة عمل بسكوت  
لانتشير وهو مناسب جدا  
للاعياد .



القارئة ثريا ج . م . بنى سويف :  
لا لزوم لغسل الشعر بالصابون  
قبل الشامبو لان الشامبو نفسه  
يستعمل لتنظيف وتقوية الشعر ولا  
مانع من استعمالك شامبو التبييض  
فهو مفيد لشعره . واذا أردت

قرص كل ٦ ساعات ٤ مرات يوميا  
ليلا ونهارا مع حقن Pancebrin  
واحد ونصف سنتى متر فى العضل  
يومية .

آنسة امال . م . م - شبرا :  
تشكو من سقوط شعرها بالرغم  
من العلاج .

استعملى حقن Atral B 12  
فى العضل يوميا لمدة ١٨ يوم  
كذلك Embelix M.B. نصف  
ملعقة كبيرة بعد الاكل ٣ مرات  
يومية وكذلك Hepanoxyl ملعقة  
كبيرة قبل الاكل ٣ مرات يوميا .

الآنسة م . ف :  
تشكو من عدم انتظام الدورة  
الشهرية واصطحابها بألم شديد  
فى أسفل البطن والفخذين .  
استعملى حقن Atral B 12  
العضل يوميا لغاية ٣ علب وملعقة  
كبيرة من Bioferrin قبل  
الاكل ٣ مرات يوميا ونفاد  
بالنتيجة .

ليلي - مصر الجديدة :  
تشكو من ترحل بطنها بعد  
الوضع - ومن بقع سوداء بجسمها  
فى فصل الصيف .  
استعملى أقراص

Bristacycline Capsules  
قرص كل ٦ ساعات ٤ مرات يوميا  
ليلا ونهارا وكذلك حقن  
Pancebrin سنتى ونصف  
سنتى متر فى العضل يوميا ثم فيدينا  
بالنتيجة .

قارئة ريفية :

تسال عن علاج لكتمان الدم فى  
يديها ورجليها وتشعر ببرودة فى  
كف قدمها وتسال عن طريقة  
لتطويل رموش العين .

استعملى نقط Vegemor  
١٥ نقطة فى نصف فنجان ماء  
مرتين فى اليوم صباحا ومساء قبل  
الاكل وعندما تتحسن أطرافك  
استعملى Tonique Roussel

ملعقة كبيرة قبل الاكل بربع ساعة  
٣ مرات يوميا .

فيكتوريا . ص - عابدين مصر :  
تطلب علاج لالتهاب الفم من  
الداخل .

استعملى أقراص Suifatriad  
قرصين قبل الاكل ٣ مرات يوميا  
مع الامتناع عن أكسبل البيض  
والسمك والحوادق والطماطم  
المطبوخة مع اخذ حقن



يجيب على الاسئلة  
الدكتور عبد الحميد عمر

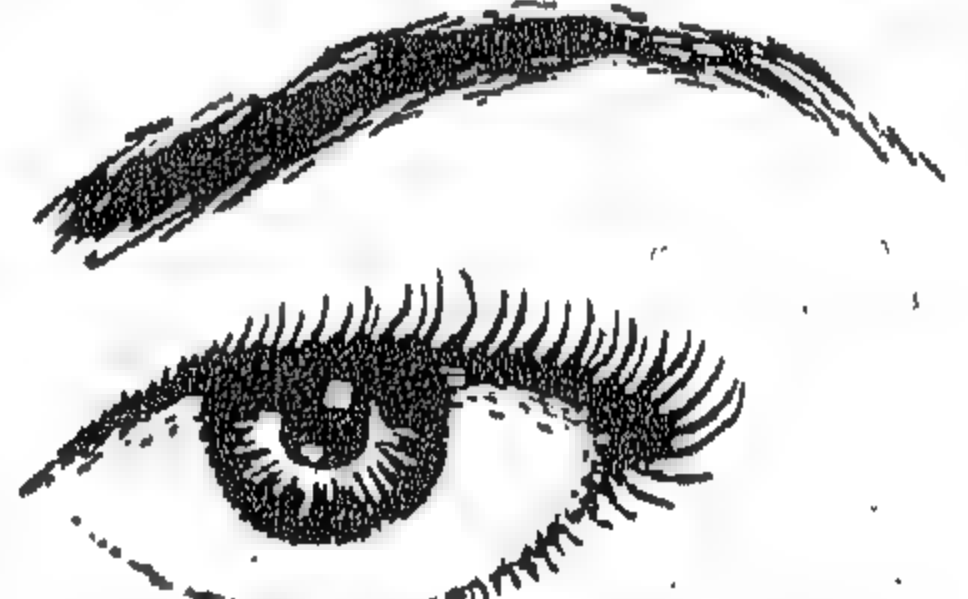
ع . حممن - اسكندرية :  
تسال عن علاج للعروق الزرقاء  
بين الفخذ وبطن الساق .

استعملى نقط Fluxine ٢٠  
نقطة فى نصف فنجان ماء بعد  
الاكل ٣ مرات يوميا .

آنسة ع . ع . ا - الاسكندرية :  
تشكو من ظهور حبوب فى اجزاء  
كثيرة من جسمها .

استعملى أقراص  
Bristacycline Capsules

## عيون فاتنة اسرة؟



العيون الساحرة تزيد من جمال المرأة  
ومكياج العيون مايبلين يغمى  
عليها جمالا وسخرا . لذلك  
انصحك يا سيدتى باستعمال كحل  
مايبلين الناعم لتصبح رموش  
عينيك طويلة وغزيرة وجميلة .  
وبلمسات خفيفة لحواجبك بقلم  
مايبلين الناعم للحواجب تزداد  
عيونك فتنة .

تذكرى دائما ان الرجل لا ينسى المرأة  
ذات العيون  
الساحرة ولذلك  
استعملى  
مايبلين يوميا

Maybelline  
مايبلين



## إذا لم تجدى هروب سوا لك فترقبه في البعد القادم

المهذبة البائسة فوزية ج. أسيوط:  
تطلبه علاجاً لبياض بشرتها  
السمراء.

انك من الصعب يا انسى  
الحصول على النتيجة التي تطلبينها  
وهي تغيير لون بشرتك تماماً ولكن  
يمكن التخفيف من حدة السمراء  
بالطريقة الآتية:

١ - عدم أكل الصلصة والتوابل  
لمدة ٣ أشهر. تناول الكثير من  
الخضروات المسلوقة والدهن واللحوم  
المشبوية الخالية من الدهن.

٢ - اشربى يومياً رطل لبن  
في الصباح على الريق ورطل آخر  
بالمساء قبل النوم.

٣ - ضعى كل ليلة لبن زبادى  
على بشرتك لمدة ربع ساعة ثم اشطفيه  
بماء فاتر.

٤ - ضعى فى المساء والصباح  
كريم بلنشنج اليزابث اردن لمدة ٣  
شهور. وان شاء الله تكون  
النتيجة مرضية.

## سكون المنزل

آنسة بالارياف:

تطلب طريقة لحفظ الجبن  
الضانى فى المش.

الجبن الضانى من الصعب  
الاحتفاظ بصلابته لمدة طويلة فى  
المش وعادة يحفظ به الجبن  
التماسك الصلب نوعاً لأن تخمر  
اللبن والجبن فى المش يحلل الجبن.  
أما وجوب الدود بالمش فدلِيل على  
عدم نظافة الأنية واحذر وصول  
اليده اليه بل استعمل المعلقة  
دائماً فى غرفه ويمكنك لمنع الدود  
من المش أن تضيفى اليه قليل من  
البوركس وهو يعرف عند العامة  
باسم «دنيكار» وكذلك حوالى ربع  
ملعقة صغيرة شطة مدقوقة على وجه  
البرطمان أو القدر. والمش الرفيع  
دلِيل على قلة الجبن المذابة فيه  
فكلما كانت كمية الجبن المذابة فى  
اللبن المكون منه المش كبيرة كان  
المش غليظاً وقوام المش متوقف على  
كمية الجبن المذابة فيه.

أما اختلاف لون فستسانك  
الدانيل القطن اللبنى فى بعض  
اجزائه نتيجة لرداءة الصبغة وهى  
حالة لا يمكن علاجها الا اذا أعيدت  
صباغته بنفس اللون أما طريقة فهى  
سهلة فاغسله بماء دافىء ومذاب  
الصابون مع الضغط الخفيف ثم

اشطفيه مرتين بالماء الدافىء لازالة  
الصابون. ثم فى ماء بارد مضافاً  
اليه قليل من ماء الصمغ لاعادة  
صلابته الاصلية اليه. ثم يعصر  
بالضغط ثم اعصره ثانية فى  
فوطه بشكير حتى يتخلص من  
أكبر جزء من مائه ثم ينشرفى  
الظل ويكوى مندى بمكبسوة  
متوسطة. هذا ويمكنك لبس  
هذا الفستان فى زيارات بعبد  
الظهر الخاصة وفى حفلات  
الشاي ما دام عادياً فى طوله  
وتفصيله.

## بين المرأة والقارئ

قارئة نحتفظ باسمها كطلبها:

تأثرت كثيراً بقصة صاحب  
مشكلة عريس على عيبه المنشورة  
بالعدد الماضى. ويسرنى أن أعلم  
هذا المواطن ترحيبى بالزواج منه.  
واضع عنوانى واسمى لى بنت  
النيل. رهن طلبه.

الحررة: أرجو أن يجد السيد  
أم. س. صاحب مشكلة عريس على  
عيبه. فى هذا الرد ما يسمح  
جراحه ويعيد الأمل الى روحه  
الضالة.

قارئة حزينة:

هل تتكرم بنت النيل فتتوسط  
لنا لدى وزارة الاوقاف أو الشئون  
الاجتماعية لمنحنا سلفية تطفى ديون  
أبى التجارية نظير ضمان عمارتين  
تملكهما والدتي؟

الحررة: لا وزارة الاوقاف ولا  
وزارة الشئون تقدم سلفيات عقارية  
ويمكنكم الالتجاء فى ذلك الى أحد  
البنوك أو شركات التأمين.  
الحائرة ف. ا. بالدقى:

تقول فى رسالة حزينة انها  
تخوف تجربة عاطفية قاسية  
تحيرها وتفض مضجعها ولا تجد  
من تفض اليه بالامها فليس لها  
أم أو أخت.

«الحررة»: أيتها الصغيرة  
الحزينة. ان بنت النيل تفتح  
لك صدرها رحيماً. حنوناً  
ويسعدنا ان تكون لك الام الناصحة.  
فاكتبى مشكلتك بالتفصيل.  
لنستطيع تدبرها معك ومدك براينا  
وتوجيهنا الى ما فيه سعادتك.

السيد حامد فهمى:  
نشكرك على تقديرك لمجلة بنت  
النيل ونحن نرحب بالتعاون معك  
فى حل مشكلتك. ومحرة باب  
بنت النيل تحل مشاكلك وتناقش  
مشكلات القارئات والقراء معاً.  
فلا تخشى تحيزها لزوجتك دونك.  
فهدفتنا من معالجة هذه المشاكل.  
هو رسم طريق السعادة أمام  
اليائسين. وليس التحيز للجنس  
الناعم.



أنت فى حاجة  
إلى  
ماكينة خياطة نيج زاج  
فاطلمى

**لادا كوفشو**

ميراج - تشيكوسلوفاكيا

**KOVO**



المليئة بالأسرار .. وانصرفت  
ماريون الى المطالعة .. فقد  
كانت ترى نفسها صورة  
مخطوطة في مؤلفات كبار  
الكتاب الذين تطالع مؤلفاتهم  
وامن كل منهما لهذه  
الحياة سنوات اخرى نسي  
ليكليرك ان يحصيها وان  
كانت زوجته لم تغفل عن  
تعدادها ..

وجاء الشتاء .. وكان  
شتاء باردا ومع هذا بقي  
الفنان على عادته يترك منزله  
مبكرا في الصباح ثم يعود الى  
منزله مع الظلام فقد كان  
يرسم مجموعة من الصور  
عرف انها هي التي ستخلد  
اسمه في الخافقين

وذات ليلة عاد ليجد  
زوجته تبكي في غرفتها ،  
وبدت له محزونة يقتلها  
الحزن فقد غفلت حتى عن  
الغطاء الذي تدثر اقدامها  
فيه ..

وراح يربت على كتفيها  
لتهدئتها وهو يهمس

- ثقي انني اسف لانني  
تركتك وحيدة .. كان لزاما  
علي ان اعرف انه ليس من  
الحكمة أن أباعد بينك وبين  
الحياة في العاصمة ..  
سنرخل من غدنا الى باريس  
اذا اردت

وهزت ماريون رأسها

- ليس هذا هو السبب  
.. انظر .. هذه هي أول  
شعرة بيضاء في رأسي انه  
نداء الشيخوخة التي بدأت  
تطرق باب عشي الجميل ..

## الاجابة الصحيحة

١ - لاهور وداكا

٢ - نهر السند ونهر الكنج

٣ - الجنرال اسكندر ميرزا

٤ - الجوت

٥ - قبائل البانان

الثلاثين وانها لن تحتمل  
البقاء فستقتل نفسها بيديها  
.. فها هي قد وصلت الى  
الثلاثين وتجاوزتها .. ولكنها  
تحس انها لا تزال طفلة كبيرة  
بينها وبين الشيخوخة مراحل  
طوال ..

ولم تكن ماريون قد  
نسيت ليوم واحد ان تقف  
امام صورتها التي ابتاعها  
زوجها من معرض الصور  
غداة لقائهما الاول .. تقارن  
بين صورة الصبية المرحلة  
وصورتها في المرأة مطمئنة  
الى ان الة الزمن لم تفعل  
شيئا في جمالها وانوثتها  
الصارخة

ومرت اعوام واعوام كانا  
قد تركا باريس الى الريف  
ليرسم الفنان ليون ليكليرك  
مجموعة من الصور للطبيعة

المبتدئين لعام كامل .. ولا  
يمكن ان يقول بان الصورة  
قد اعجبته فقد كانت تمثل  
مدرسة من مدارس الفن لا  
تعجبه .. ولكنه شاهد  
الصورة .. وشاهد  
صاحبها الى جانبها معجبة  
بها .. فلما التقيا هناك  
امام الصورة لم ينس أن  
يشترى الصورة .. وأن  
يعقد زواجه على النموذج  
الحى الذى أعجبه ..

كانت ماريون قد تجاوزت  
الثلاثين .. ومع هذا وجدت  
انها كانت مخطئة عندما  
قالت لصويجاتها ان  
الشيخوخة ستدركها في سن

كانت ماريون ليكليرك قد  
تجاوزت الثلاثين منذ ايام  
.. وكانت قد ادركت حقا  
معجون ما قالت لصويجاتها  
غداة زواجها وهي في سن  
العشرين .. عندما التقت  
بزوجها ليون ليكليرك في  
معرض للصور امام صورة  
زيتية كبيرة لها كان قد  
انتهى منها فنان مغمور

ولم يكن ليون ليكليرك  
هاويا يشترى اللوحات  
الزيتية .. بل كان فنانا  
يسير بخطى ثابتة نحو القمة  
وقد ذهب الى المعرض ليرقب  
الحصول الفنى للفنانين



## صوتك .. لازى دونالك





# أبو الهول الذهبي

## انتاج المسحوق والصودا

البيضاء وهذه التجاعيد الدقيقة وهي في سن العشرين علائم جمالها ونضوج انوثتها فلماذا تقلقها اليوم

وعادت اليها سعادتها ونقلت الى غرفة الرسم مقعدها الكبير وكتبها .. ولم تنس حتى الفطاء الذي تدثر به قدميها

ومرت ايام وايام

و ذات ليلة استيقظت من نومها فجأة قبيل الفجر .. ولم تفلح في ان تغمض عينيها من جديد وبحث عن كتاب تقطع به الوقت فلم تجد وراحت تهبط الى الطابق الارضى حيث يوجد (الرسم) لتبحث عن كتاب تركته هناك في أول الليل

كانت تهبط متمهلة على الدرج حتى لا توقظ زوجها .. وعندما فتحت الباب في هدوء وجدت الغرفة مضاءة وقد اتجه المصباح الكبير الى صورتها ورأت زوجها امام الصورة يعالج بفرشاته التجاعيد الجديدة التي بدت في وجهها

وعرفت ماريون ان زوجها يريد من عمر صاحبة الصورة لتمشي مع الحقيقة التي تفعلها الايام

وكان ليون مشغولا بعمله .. فلم يشعر بزوجته

واغلقت ماريون الباب في هدوء .. وراحت تصعد الدرج ثانية نحو غرفتها وقد امتلا قلبها بالسعادة .. فان زوجها يعيش مثلها من اجل السعادة التي تقدمها الصورة لزوجته التي لا زال يحبها كما كان يحبها منذ ربع قرن من الزمان ..

ترجمة

الاميرالاي عمر عبد الفتاح ابراهيم

وحاول الرجل جهده ان يخفف عنها فلم يفلح .. وانسرفت ماريون من ساعتها عن مطالعة كتب الادب الى مطالعة كتب التجميل ، وبدأت تقضي اغلب ساعات يومها واقفة امام المرآة تصلح ما يفسده الدهر ، وكان هذا يرهق اعصابها .. ولكنها كانت تهمس كلما حاول زوجها ان يثنىها عما تفعل - دعني اننى اريد ان

اتابع الحياة جميلة كما كنت في سن العشرين ..

ومرت سنوات .. ولم يتغير اى شىء في حياة الزوجين الا ان ماريون لم تعد تدخل غرفة مرسمه فقد كانت تخشى ان ترقيب صورتها التي رسمها لها فنان مغمور والتي ابتاعها زوجها من معرض الصور غداة لقائهما الاول

و ذات ليلة سمعت صوت زوجها يغنى وهو في مرسمه .. اغنية تحبها وقد اعتادت ان تسمعها منذ ربع قرن يوم ان كانت صبيرة ماجنة في سن العشرين .. واسرعت نحوه .. ولكنها وقفت تجاه الباب فهي لا تدري ماذا يمكن ان تقول لصورتها ، ولكن الانشودة الحلوة كانت تجتذبها .. وعندما فتحت الباب وجدت صورتها امامها وراحت تحديق بها ... ثم اخرجت مرآتها لتنظر الى وجهها في المرآة .. وادهشها انها لم تجد اى فرق .. ان هذه الشعرات البيضاء واضحة في الصورة ايضا وحتى هذه التجاعيد اسفل عينيها انها تراها في الصورة .. واذن فهي هي لم تتبدل .. لقد كانت هذه الشعرات



### ٣ - الكرسي

إذا كان به تمزق خفيف فضعي على المكان الممزق بياض البيض جيدا - ضعيه بواسطة فرشاة ثم ضعي في نفس المكان صمغ سائل  
أزيلي ما عليه من غبار ثم اغسلي الكرسي بماء دافئ وصابون ثم لمعيه بالترابنتين وافركيه جيدا بجلدة خروف

### ٤ - شنطة اليد

نظفها كل يوم بقطعة من الفانلة ولا يترك الغبار يتراكم عليها ولا تقربي اليها الماء حتى لا تخسر  
لتلميع شنطة اليد ضعي قطعة من الشمع الابيض وافردوها على الشنطة وافركيها بقطعة من الصوف بالنسبة للشنطة المصنوعة من جلد البوكس يوجد كريمه خاصة في السوق لتلميعها ومنع المطر من ترك اثار على الجلد احرصي على عدم ملء شنطتك كثيرا

### ٥ - حزام من جلد الخنزير :

امسحيه من التراب ثم نظفيه بمخلوط مكسون ٢/٢ سبرتو بنسبة ٩٠ / ٠ و ١/٢ من الجلبرين لمعيه - ويمكنك ايضا استعمال الكريمه الخاصة به وهي موجودة في السوق واذا وجدت ان الجلد اصبح غامقا عن الاول فلا تفركيه حتى يفتح ثانية - اذ ان جمال جلد الخنزير هو اللون الطبيعي حتى ولو أدى الى جعله أبيض أو باهتا .

### ٦ - الجزمة الصفراء :

وبعد ان تفرشي الجزمة لازالة التراب ادهنيها بالمخلوط الاتي : ٣ ملاعق لبن بقشده على ملعقة من الترابنتين ويجب قبل وضع هذا الدهان ان تتأكدي من ان الجزمة جافة تماما - انتظري ١٠ دقائق بعد الدهان ثم لمعيها

## تلميع الجلد فن اليك سره



كل سيدة تكره الجلد المعتم جلد جزمها وجلد شنطها وجلد الكرسي . . تلميع هذه الجلود هو شغلها الشاغل لتجميل منظرها وجعلها كأنها جديدة واليك سر فن تلميع مختلف الجلود .

### ١ - طقم المكتب

يلمع جلد مكتب زوجك بماء دافئ وصابون - نظفها بإزالة التراب منها ثم اغسليها بالماء واتركيها تجف مع ملاحظة إبعادها عن كل حرارة وبودرة ولمعي بالمخلوط الجلد جيدا بقطعة من الصوف . ان كان هناك نقطة من الخبر فيمكنك ازالتها بماء الليمون

### ٢ - شنطة السفر

أزيلي الاوراق اللاصقة عليها باسفنجة مبللة - نفضي الغبار عن الشنطة ثم ادهنيها بكريمه الجلد ونجديها في كل الحالات وهي الجلد . اتركها تجف ثم لمعيها جيدا بقطعة من الفانلة ولا تنسي ان تنظفي الشنطة من الداخل وان تتأكدي من متانة الاقفال



هل تريد ان تكوني رائعا  
صنفته السحر ؟

اطلعي من الحراف  
"سبراي نت"  
هيلين كرتيس  
فتبت تسريحاتك في لحظات  
طول اليوم



وصلت اضراسنة هدية من " سبراي نت " هيلين كرتيس واذا لم تجديه عند الحراف اطلبه بليفون رقم ٥٤٣٨٩  
فيجب طلبه في الحال . . احرصي من التقليد . .



# نصائح مجلة بنت النيل من أهلك



استعملت هذه الانسة غسالة « ووشبور » الحديثة فارتاحت جدا لها وقالت لندوبة « بنت النيل » ان الفسيل بها لا يستدعى وقتا كبيرا وانها لا تخشى على ملابسها من البلل أثناء الفسيل وترى في الصورة وهي تشرح لاحدى صديقاتها طريقة الاستعمال بينما أعربت صديقتها عن ارتياحها التام للغسالة الجديد التي تجعل الفسيل مسألة بسيطة .

## ٣٠ غسالة يدوية

تقدمها مجلة « بنت النيل » مجاناً هدايا لقارئاتها بطريق الاقتراع

## غسالة « ووشبور » الحديثة

تحتفظ ملابسك من التلف وباستعمالها تتبعين امثا الطرق لفصل الملابس دون عناء

١ - غسلي « الغسالة » في وعاء به ماء ساخن بدرجة تطبيقها

اليدين .

٢ - استعملى صابونك المختار فى الفسيل كالمعتاد

٣ - خذى من الوعاء الثياب قطعة قطعة وافرشيه على اللوح الزجاجى المضلع فى الغسالة وادعكى الثياب عليه بيديك مفروده حتى اذا نظفت القطعة التى تدعكها دعكت قطعة أخرى من الثياب بنفس الطريقة وهكذا حتى ينظف جميعه

وهذه الطريقة تزيل الوساخات من الثياب بسهولة تامة مع سلامة الملابس من التقطيع الذى ينتج عن الدعك باليدين . وبهذا توفرين وقتك ومجهودك وجمال يديك الذى يتلفه دعك الفسيل فان أى سيدة قد تضطرها الظروف فى بعض الأحيان لغسل بعض ثيابها بنفسها وهذه الطريقة الحديثة لغسل الملابس لا تتعبك مطلقا بل تحبب اليك أن تفعل الملابس بنفسك بدون أى عناء .

٤ - اشطفى الفسيل كالمعتاد الزهرة اذا كانت هذه عادةك واشطفى الفسيل ايضا بنفس الطريقة على اللوح الزجاجى المضلع فى الغسالة وانشره بعد ذلك وستجدين فارقا كبيرا بين الفسيل بهذه الطريقة والفسيل باليد

## كوبونات « بنت النيل » للهدايا

املئ هذا الكوبون بخط واضح وارسله الى ادارة مجلة بنت النيل

٤٨ شارع قصر النيل ت ٤٩٦٦٨ - ٤٠٦٨٤ القاهرة

آخر موعد لقبول الكوبونات يوم ١٥ سبتمبر ١٩٥٦

الاسم :

العنوان :

والاحصل على هذه الغسالة باثمان زهيدة انصلى بمجلات « بودوريان »

٧ شارع سليم الأول ، مدائن القبة ت ٦٠٨٨٢





# جورنج

## اللحم البقري المطبوخ

يصلح لجميع  
أنواع الطعام



ألذ طعام  
أحسن لحم  
بأقل شمن

يصبج جاهزاً للأكل بعد دقيقة واحدة من وضعه على النار

طريقة الاستعمال : انظري صفحة ٧٢

